# H

PARA HOMBRES

hextremofull.blogspot

## ¡MUJERES!

Aquí son de sangre caliente y piel dorada

En una sola "dejada"
**Conoce el mundo viajando**
**EN TAXI**

**Abdominales**
100% MUSCULO
**0% GRASA**
**Logra un lavadero de acero**

Partiendo plaza:
**PATY MANTEROLA**
**¡Olé matadora!**

No te mojes
**Lo último en MODA para estar seco**

# ¿RUTINA SEXUAL?

# 100 mexicanas

te dicen cómo mejorar

NM AGOSTO 2002 $25.00 US$3.50

**Edición especial de BELLEZAS LATINAS**

hextremofull.blogspot

# AGOSTO 2002

# H
PARA HOMBRES®

CONSEJO EDITORIAL Carlos Flores, Dahina Loaiza, Alfredo Betancourt, Roberto Loaiza, Arturo Hernández, Rodolfo G. Solórzano
DIRECTORA EDITORIAL Roberta Loaiza
EDITORA Nancy Hernández
CORRECTOR DE ESTILO René Téllez
REDACCIÓN José Luis Amador
DISEÑO Ivonne Flores, Alfredo Cedillo
COORDINACIÓN DE FOTOGRAFÍA Max Olvera

MODA
EDITORA Y COORDINADORA DE MODA Lorena Tinoco
COORDINADOR EDITORIAL DE MODA Eduardo Pérezrivera
ASISTENTE DE COORDINACIÓN DE MODA Hojivel Hernández

ILUSTRACIÓN
Ricardo Camacho, Oscar Quezada, Eduardo Jiménez.

COLABORADORES Mauricio Ramos, Rodolfo García, Arturo Hernández, Carlos Guilbert, Fabián Quezada, Cecilia Valdez, El Cuyo, Gianfranco De Cesco.

ASISTENTE DE DIRECCIÓN EDITORIAL Angélica Uriarte

NOTMUSA

DIRECTOR GENERAL Carlos Flores
SUBDIRECTOR Ing. Jorge Ojeda
DIRECTORA DE RELACIONES PÚBLICAS Herwid Comte
DIRECTOR DE CIRCULACIÓN Lic. Enrique Sánchez
DIRECTORA COMERCIAL Lic. Leticia Pérez
GERENTE ADMÓN. VENTAS Guadalupe Arredondo
DIRECTOR DE CIRCULACIÓN Lic. Enrique Sánchez
EJECUTIVOS DE PUBLICIDAD José Luis Torres, Marcela Larios
ASISTENTE DE DIR. COMERCIAL Guadalupe Carrasco

E-MAIL revistah@notmusa.com.mx

INSTITUTO VERIFICADOR DE MEDIOS

H PARA HOMBRES®. CERTIFICADO DE LICITUD DE TÍTULO No. 11157. CERTIFICADO DE CONTENIDO No. 7786. RESERVA: 04-1999-072910272700-102. EDITADO POR: NOTMUSA, S.A. DE C.V. BLVD. ADOLFO LÓPEZ MATEOS Nº 160, COL. SAN ÁNGEL INN, C.P. 01060, MÉXICO, D.F. TELS.: 91-40-95-00. FAX: EXT. 2101. IMPRESA EN LABORATORIO LITOCOLOR. AV. CENTRAL Nº 235. VALLE DEL ORO, C.P. 76800, SAN JUAN DEL RÍO, QRO., MÉXICO. SELECCIÓN ELECTRÓNICA DE COLOR: SCIENTIFIC GRAFIX: SUDERMAN Nº 329, COL. POLANCO, MÉXICO, D.F. DISTRIBUIDO POR UNIÓN DE VOCEADORES Y EXPENDEDORES DE LOS PERIÓDICOS DE MÉXICO EN EL D.F. DISTRIBUIDO POR PUBLICACIONES CITEM S.A DE C.V. EN EL INTERIOR DE LA REPÚBLICA. DISTRIBUIDO POR CORPORACIÓN SILCRES S.A. DE C.V. EN EL EXTRANJERO. CALLE XOCHICALCO Nº 645 INT. 5 COL. LETRÁN VALLE, C.P. 76800 DELG. BENITO JUÁREZ. MÉXICO, D.F. TEL. 56 05 45 88. FECHA DE IMPRESIÓN: 20 DE JULIO DEL 2002.
PRINTED IN MEXICO.

hextremofull.blogspot

# H

**36 Un regalo para tus sentidos:** Paty Manterola te dejará boquiabierto.

**46 Rutina para decirle "adiós"** a tu panza y construir un abdomen de hierro.

**56 Vivir con estilo.** No te mojes ni la riegues... en la época de lluvias cúbrete con la chaqueta adecuada.

**72 Bombones latinos.** Morenas, sensuales y ardientes: ¡te conquistarán!

**90 Las rolas que 100 mexicanas** prefieren al hacer el amor.

**100 Viaja en taxi** y conoce el mundo desde la comodidad de tu hogar.

# Conte AGOSTO

hextremofull.blogspot

**6 Casillero.** Todo lo que debe conocer el hombre moderno.

**18 Descenso en kayak...** vive una experiencia sin límites.

**32 Contestadora.** Te respondemos tus "toritos" más rebuscados.

**34 y 40 Imágenes de impacto...** que te dejarán con el ojo cuadrado.

**50 Qué hay de nuevo.** Llena tu maleta con los artículos más indispensables.

**52 Lo que debes saber.** Hazla tuya con tu "look" bohemio.

**54 H te recomienda.** Los elementos idóneos para lucir 100% masculino.

**58 Guía personal.** Reviéntate con prendas para ligar en el "antro".

**64 Oríllese a la orilla:** mujeres al volante metiendo la pata.

**66 De estreno.** ¡Lo más novedoso en productos tecnológicos!

**78 Imágenes irresistibles...** que te seducirán completamente.

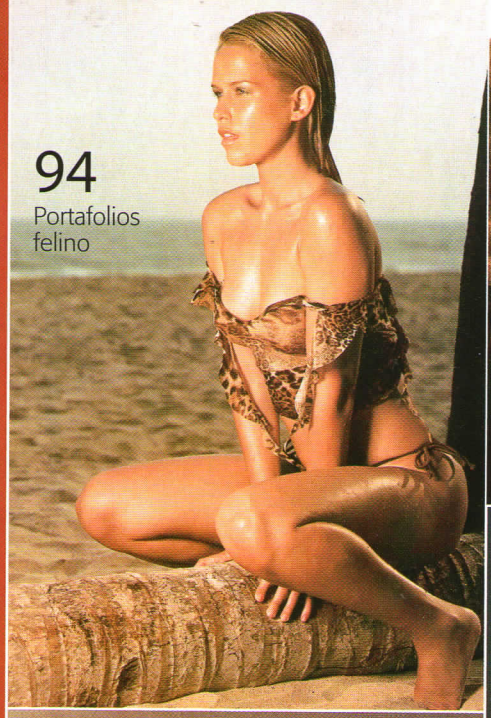
**86 Habla con ella.** Nunca es tarde para solucionar las broncas con tu pareja.

**104 Finanzas.** ¡Ojo con tu lana!, ¿quién ahorra más, ellas o nosotros?

**108 Zona H.** La información oportuna para tu esparcimiento.

**112 Recomendaciones.** "Da paso sin huarache" con los últimos modelos de tenis.

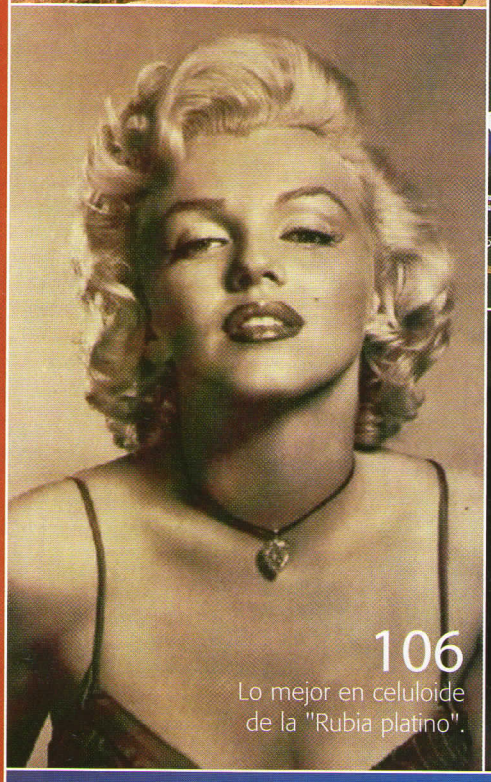
# nido 2002



94
Portafolios felino

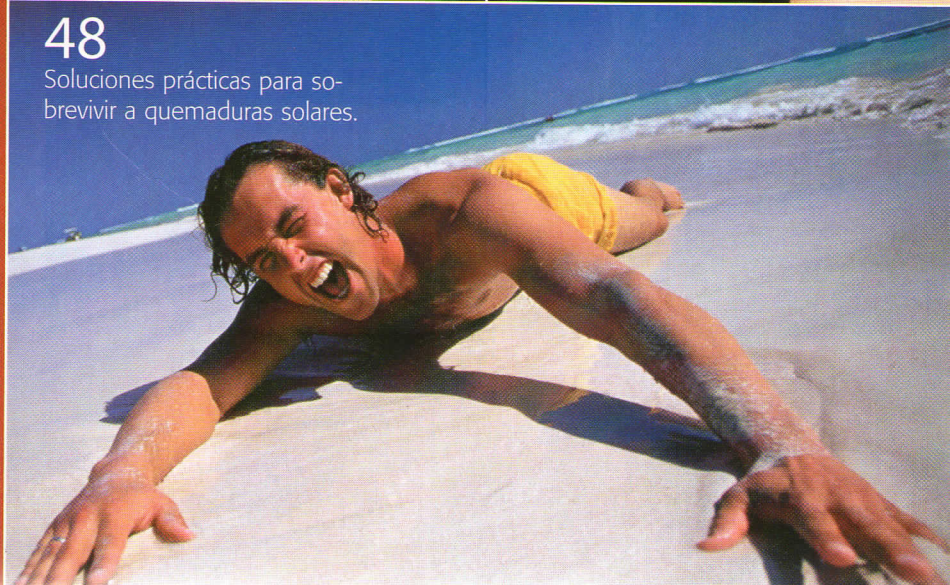
62
Las medidas globales para preservar la naturaleza y lograr un futuro armónico.

68
"Que no se te vaya el avión"... descubre cómo se trazan las rutas aéreas.



106
Lo mejor en celuloide de la "Rubia platino".

42
BMW 530 Fórmula Uno, un vehículo para gozar tardes "dinámicas" y memorables.



48
Soluciones prácticas para sobrevivir a quemaduras solares.

# PAULINA RUBIO

CASILLERO

hextremofull.blogspot

NO DIGAS ADIÓS

SI TÚ TE VAS

QUÉ VOY A HACER

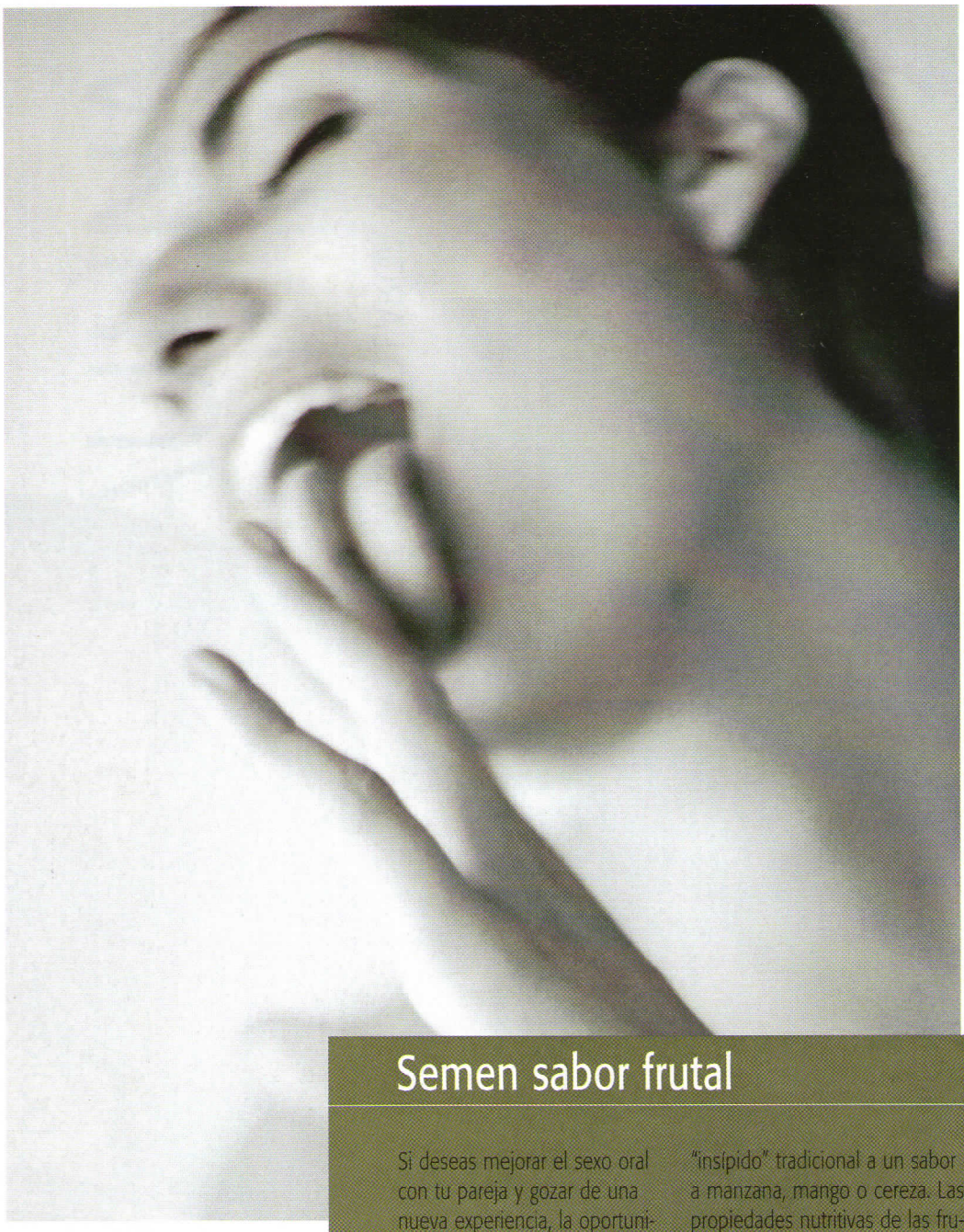
NOCHE LARGA Y FRÍA

UN BESO MÁS

UNA LATINA DE PIEL DORADA

Foto: **Universal Music**

hextremofull.blogspot



## ¿TE GUSTA QUE TE SOBEN?

¿TE GUSTA
QUE TE ROCEN?
¿QUE TE HAGAN SUDAR?
¿SENTIR OTRO ALIENTO
A TU LADO?
¿ADOPTAR NUEVAS POS-
TURAS?
¿LLEGAR AL FONDO?
SUBIR.....BAJAR.....
ENTRAR.....SALIR.....
PUES...
¡SÚBETE AL METRO
COMPADRE!

## Semen sabor frutal

Si deseas mejorar el sexo oral con tu pareja y gozar de una nueva experiencia, la oportunidad te la brinda un producto llamado Sweet Release, el cual es un suplemento dietético que si lo ingieres dos veces por día cambia el sabor de tu semen del "insípido" tradicional a un sabor a manzana, mango o cereza. Las propiedades nutritivas de las frutas también se transfieren al semen, por lo que Sweet Release es un suplemento verdaderamente original.
Además, se ha creado un Sweet Release para damas, cuyos sabores son limón, lima, naranja y uva, entre otros, que modifica el sabor de los fluidos femeninos, refuerza el aparato inmunológico y es un buen antibactericida.
Estos productos los puedes encontrar en www.sweetrelease.com

DATOS ESTADÍSTICOS ESTIMAN QUE ENTRE EL 10 Y EL 15% DE LOS NACIMIENTOS DEL MUNDO CORRESPONDEN A MADRES MENORES DE 20 AÑOS.

hextremofull.blogspot

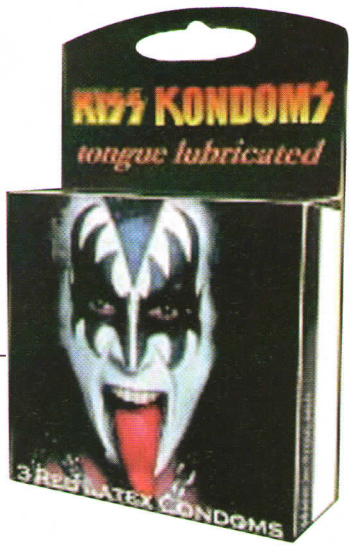
**HECHOS DE H**

Cada día mueren en nuestro cerebro más de cien mil neuronas, que jamás se reponen. En una borrachera de alcohol se llegan a perder varios millones.

## Condones lubricados ¡con la lengua!

El grupo de rock Kiss ha empezado a comercializar una serie de artículos aprovechando la inmensa popularidad de la que han gozado durante dos décadas. De entre ellos sobresalen los preservativos Kiss Kondoms, en cuya caja se muestra la cara de Gene Simmons sacando la lengua, la cual se ha convertido en un icono del rock. Según el paquete se trata de condones lubricados con la lengua.

Otros artículos que ha lanzado el grupo lidereado por Simmons y por Paul Stanley, son brazaletes, bisutería, playeras, estatuillas, muñecos, figuritas, caretas, disfraces, maquillajes y ropa interior.



## Si eres primerizo...

El sitio denominado Head Shaver, el cual se especializa en aconsejarte cómo afeitarte la cabeza por primera vez, te presenta un manual que te evitará cualquier tipo de rasguño. Una de las preguntas más frecuentes que recibe el sitio es ¿cuál es la denominación correcta para una persona que se rapa? Las respuestas de Head Shaver son "pelado por elección", "afeitado", "sin pelo" y "rapado". Sin embargo, si optas por pelarte a rape deberás prepararte para ser llamado de otras formas como "cabeza de rodilla", "pista de patinaje para piojos" o "chupón de King Kong".


## Más vale paso que dure y no "pata" que apeste

A todos nos gusta sentirnos seguros con cada paso que damos y a donde sea que vayamos. Rexona, el experto en protección seca, lo sabe y es por eso que se unió a Efficient, el especialista en pies, para crear juntos el nuevo Rexona Efficient.

Seguramente ya has probado a estos dos expertos y no te han fallado, pues el resultado no podía ser mejor: un talco que brinda a tus pies la máxima protección para mantenerlos secos sin importar qué tanta actividad tengas.

Este producto, cuya propuesta es fresca y divertida, puede ser utilizado en los pies tanto de hombres como de mujeres protegiéndolos durante todo el día y a cada paso, porque el nuevo Rexona Efficient es la máxima protección para tus pies.

**HOY EN DÍA LA POBLACIÓN MUNDIAL CRECE A UNA TASA DE 1.3% ANUAL, ALGO ASÍ COMO 78 MILLONES DE PERSONAS POR AÑO.**

hextremofull.blogspot

**HECHOS DE H**

Cada minuto muere una mujer por complicaciones en el embarazo o parto, según estadísticas mundiales dadas a conocer por la Federación Latinoamericana de Sociedad de Obstetricia y Ginecología.

## ¡Fíjate!

Esto te va a dejar tieso, fíjate: a.head es el gel que L'oreal ofrece para crear efectos 3D; Glue es un gel fibra estructurante que da gran poder de fijación, y el Gum es una pasta fibrosa que sirve para modelar, despeinar y esculpir, el cual es ideal para los peinados creativos. Esto es lo más novedoso que encontrarás en el mercado, por lo que no hay duda de que alguno de ellos te satisfará al 100%.

## Como ser "fan" y morir en el intento

Zafer, un fanático turco de 13 años, pidió que le hicieran el corte de cabelllo con cresta que lleva la estrella nacional de futbol, Umit Davala, quien condujo a Turquía a la semifinal de la Copa del Mundo Corea-Japón. No obstante, cuando su padre lo vio lo mandó de regreso a la peluquería para que se rapara toda la cabeza, pero el joven, al ser obligado a quitarse el "look" de su ídolo, decidió quitarse la vida y se colgó con un cinturón amarrado a la ventana de su casa en Gemlik.

TENIENDO EN CUENTA LAS TASAS DE MORTALIDAD Y FERTILIDAD ACTUALES, LAS ESTIMACIONES PARA EL AÑO 2050 PREVÉN UNA POBLACIÓN MUNDIAL DE UNOS 9 MIL MILLONES DE PERSONAS.

hextremofull.blogspot

## Playskins: basta un "clic" para tener un orgasmo

La combinación de sexo e Internet no es nuevo, sin embargo, muchos de los juegos están preprogramados y los usuarios se limitan a interactuar con la computadora. Anne Marie Schleiner y Melinda Klayman querían ofrecer un juego pornográfico que llevara a los hombres a tratar a las mujeres con más amabilidad, pues mientras otras expresiones de pornografía interactiva tratan de llegar a su objetivo tan pronto como se puede, Playskins obliga a los jugadores a usar su seducción para disfrutar del cibersexo con otras personas. Playskins es un juego de roles online construido en torno al misterio, el suspenso y la masturbación, en donde Schleiner aportó la programación. Antes de ingresar al juego, cada participante debe crear un personaje y asignarle una serie de movimientos entre los que se incluyen cabalgata, beso francés, lengüetazo, chupada, mordida, inhalación y penetración.

Al iniciar el juego está lloviendo en las calles de Tochina, el subterráneo está desierto y no hay indicaciones ni pistas. Los jugadores están tratando de encontrar tres llaves, las cuales les van a permitir ingresar al laboratorio del Dr. Kitty, quien desarrolló una droga que vuelve a las personas esclavas del sexo.

Mientras tanto, los jugadores pueden hablar entre sí, pero la charla se centra en seducir al otro tocando al correspondiente personaje virtual. Cuando uno se cruza con alguien, empieza a hablarle. A continuación, define alguna parte del cuerpo del otro a la que desea aplicarle uno de los movimientos elegidos. La respuesta de los otros jugadores define el avance en el juego. Si uno toca a los otros con insistencia sin seducirlos o les dirige palabras provocativas y groseras puede encontrarse con un rechazo que aniquilará toda posibilidad de anotar puntos en el juego.

### HECHOS DE H

El sensual movimiento de caderas que efectúan las mujeres al andar se debe más a razones fisiológicas que estéticas. Las mujeres tienen la pelvis más ancha que los hombres debido al canal del parto, por lo que esta mayor anchura de la cadera es lo que provoca que tengan que girar más en cada paso.

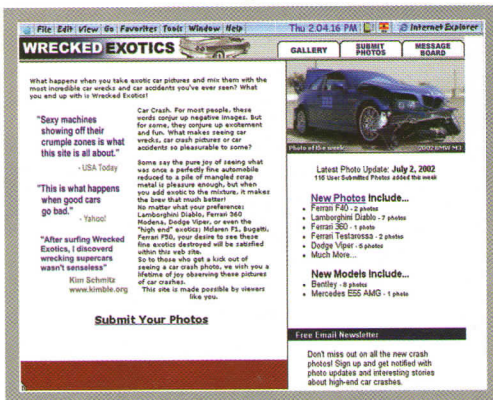
## Tecnología de algodón

"Dockers Mobile" es el nuevo pantalón creado para camuflar toda la tecnología que los profesionales del mundo actual no pueden dejar, pero no quieren mostrar. Este nuevo pantalón cuenta con siete bolsillos, cada uno con una función distinta que te permitirá traer contigo llaves, celular, agenda electrónica y radio localizador sin necesidad de verte como guerrillero de izquierda. ¡Vívelo, es 100% algodón!

HAS VIVIDO YA EL ÚLTIMO DÍA CON NÚMEROS IMPARES DE TU VIDA: 19/11/1999, YA QUE EL PRÓXIMO SERÁ 1/1/3111.

## Un espíritu moderno

La severidad de los trajes ha quedado atrás para Gianfranco Ferre Studio y hoy propone modelos más "sport" que brindan comodidad y distinción al mismo tiempo. Las texturas son ligeras y marcan con estilo las siluetas masculinas, para ello emplean, como foco central, el uso de tres botones en el saco. Los podrás usar en cualquier ocasión.



**New Photos Include...**
- Ferrari F40 - 2 photos
- Lamborghini Diablo - 7 photos
- Ferrari 360 - 1 photo
- Ferrari Testarossa - 2 photos
- Dodge Viper - 5 photos
- Much More...

## Lo mejor en el peor estado

Un Porsche Carrera 911, un Jaguar XK8, un Rolls Royce, un Lamborghini 400 GT, un Ferrari Testarrosa y todos los carros en los que has soñado pasearte con una despampanante rubia, podrás admirarlos estropeados, destartalados, desarmados y arruinados en el portal de los grandes automóviles destrozados www.wreckedexotics.com/cars

## Joven... de corazón

Jim Webber de Stoke Abbott, Dorset, Inglaterra, reconoció que a sus 99 años le cuesta más trabajo realizar las tareas de la jardinería, por lo que necesitaba contratar a un joven dinámico y lleno de energía; su elección fue su hermano Jack Webber, hombre de 91 años. Jim declaró al periódico británico The Sun que "estaba con demasiado trabajo y me siento satisfecho de poder contar con un ayudante más joven", ya que entre ambos cavan, plantan, transplantan, podan, cortan el césped y rediseñan jardines por dos libras la hora, el equivalente a 30 pesos mexicanos.

**HECHOS DE H**

La palabra fornicar deriva del latín "fornice", que significa curvatura inferior de un arco, ya que bajo las bóvedas de los puentes y callejones era donde se podían alquilar los servicios de las prostitutas romanas.

LAS NACIONES UNIDAS ESTIMAN UNA POBLACIÓN DE 14 MIL MILLONES DE PERSONAS PARA EL AÑO 2100.

hextremofull.blogspot

## Nomás la puntita

Una sencilla circuncisión se le complicó terriblemente a un cirujano de Taiwán cuando le extirpó un pedazo de más al miembro de su paciente. Éste, cuando advirtió que no sólo le faltaba el prepucio, decidió demandar al médico, el cual le ofreció un arreglo extrajudicial que finalmente aceptó. El precio del centímetro y medio extirpado fue acordado en 15,000 dólares (150,000 pesos). Sin embargo, la corte del distrito de Tainan le inició un juicio que concluyó con una pena de seis meses de prisión. El veredicto explica que la pena se debe al "daño causado a un paciente producto de una extrema negligencia".

**HECHOS DE H**

El S.O.S. se aplicó como señal internacional de auxilio a principios de siglo pasado por ser éste el mensaje más simple de enviar en código Morse (... —- ...) y no se debe, como vulgarmente se cree, a la expresión inglesa "Save Our Souls" ("Salven nuestra almas"), lo cual dicen por ahí, es sólo una coincidencia.

EL DISPOSITIVO INTRAUTERINO DE NUESTROS DÍAS SE HABRÍA ORIGINADO DE LA PRÁCTICA DE INTRODUCIR PIEDRITAS EN EL ÚTERO DE LOS CAMELLOS PARA EVITAR SU REPRODUCCIÓN DURANTE LAS TRAVESÍAS.

## El chiste ganador (Enviado por Rubén Darío Martínez Hernández, Tampico, Tamps.)

El Presidente Fox va a visitar una clase de 4º grado de una escuela primaria. Su llegada se produce durante una discusión acerca de las palabras y sus significados. La maestra, muy atenta, le pregunta al Presidente si le gustaría participar en la discusión sobre el significado de la palabra "tragedia". Entonces, el ilustrado líder pide a la clase un ejemplo de "tragedia".

Un chiquillo se para y dice:
–Si un amigo mío está jugando en la calle y lo atropella un auto, eso es una tragedia.

–¡No! -dice Fox- Eso sería un accidente. ¿Alguien puede darme otro ejemplo?

Una chiquilla levanta su mano y dice:
–Si un autobús de transporte escolar se desbarranca en un precipicio, muriendo todos sus ocupantes, eso sería una tragedia.
–Me temo que no -sostiene el Presidente-, a eso podríamos llamarlo una gran pérdida.

El silencio crece en el aula. Ningún otro alumno se anima a dar una respuesta. Fox los insta a continuar, diciendo:
–¿Es que no hay nadie que pueda darme un ejemplo de lo que es una tragedia?

Finalmente, en el fondo de la clase, un pequeño muchacho levanta su mano y con voz muy tenue, se anima a decir:

–Si el avión presidencial está transportando al Sr. Presidente y a todo el Gabinete y un misil lo destruye, haciéndolo añicos, eso sería una tragedia.

–¡Fantástico! -dice Fox emocionado- ¡Eso está muy bien! ¿Podrías decirme por qué eso sería una tragedia?
–Sí -dice el chiquillo sonriendo-, porque en primer lugar, no sería un accidente y en segundo lugar, ¡tampoco sería una gran pérdida!

**1** **Una probadita**
Llega una niña con su papá...
–¡Papá, papá!, Pepito se bajó los calzones y me enseñó su cosita.
–¿Y cómo la tiene hijita?
–¡Como camarón!
–¿Igual de colorado?
–¡No!, igual de salado.

**2** **¡Tómala!**
Aprovechando la ausencia de su esposa e hijos, que pasan un fin de semana en la playa, Don Andrés se encuentra insistiendo ante la puerta de la nueva y muy bonita sirvienta para que le deje entrar a su dormitorio.
–Anda, María, abre la puerta que no te va a pasar nada malo. Sólo vamos a gozar mucho.
–No, siñor, ¡tese quieto!
–Mira, María, si abres te aumento el sueldo.
–Y aluego, ¿qué le dicimos a la patrona?
–Nada, María, ella no tiene por qué enterarse de nada, pilluela.
–Ta bueno patrón, pero pase por debajo de la puerta su certificado de que no tiene SIDA.
Don Andrés recuerda el chequeo médico que se acaba de practicar y le pasa hasta su acta de nacimiento, ante lo cual la sirvienta por fin cede y Don Andrés se da el gustazo. Ya calmado y disfrutando de un buen tabaco, le dice a María:
–Caramba, no sabes ni leer, ¡pero qué bien enterada estás de las cuestiones de la salud!
–Pos sí, patrón. Yo inorante, muy inorante, pero esto del SIDA ¡¡NO ME LO PEGAN DOS VECES!!

**3** **Ingenua**
Entra James Bond a un bar y se sienta en la barra, cruza las piernas, pide un vodka martini ("shaken, not stirred") y ve que una chica, quien lo había estado observando con mucho interés desde que llegó, se le acerca y le dice:
–¡Qué bonito reloj! ¿Tiene muchas funciones?
James le contesta:
–Por supuesto; este reloj Omega me permite observar lo que está pasando a mi alrededor de inmediato e, incluso, más allá de lo que mis ojos ven.
Por ejemplo: usted, señorita, está sin ropa interior.
Ella le responde:
–Tu reloj no sirve, pues yo sí tengo puesta la ropa interior. James mira su reloj, le da unos golpecitos y le contesta:
–Disculpa, preciosa, es que está adelantado una hora.

## ¡Gánate el premio!

Manda el mejor chiste de tu repertorio a la dirección:
**revistah@notmusa.com.mx**
o por fax al (55) 91-40-95-00 ext. 2101 y si es el mejor que recibamos te ganarás la cantidad de:
**$500.00,** además de la publicación del mismo.

hextremofull.blogspot

# 48 HRS. DE CABELLO FRESCAMENTE LAVADO

FRUCTIS
FRESH

## El primer shampoo para cabello normal que se engrasa rápido.

Mantén tu cabello fresco, fuerte y sin grasa, como recién lavado. El nuevo Garnier Fructis Fresh con concentrado activo de frutas. ¡Esta comprobado!
Su fórmula evita que la grasa y los factores externos dañen tu cabello, manteniéndolo más fuerte, más fresco, por más tiempo.

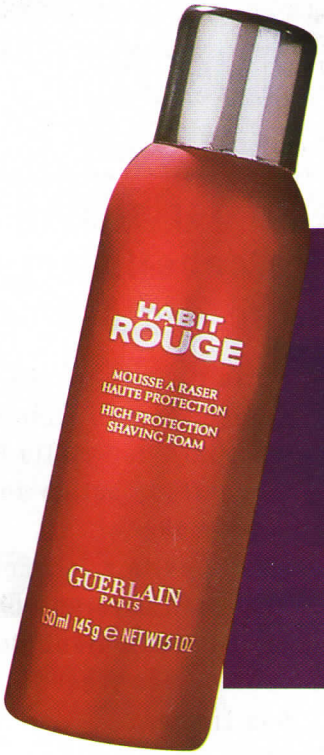
SALUD ES BELLEZA

GARNIER

MTV Latinoamérica busca mantener y estrechar la relación entre el público mexicano y sus artistas favoritos a través de la producción en México del programa Conexión.
Con este nuevo programa, MTV ofrece innovación en el entretenimiento y satisfacción de su audiencia al hacerles vivir un programa único cada semana. Se trata de un "show" que conecta a la audiencia con sus artistas favoritos -nacionales e internacionales-, ya que cuenta con público en vivo, lo que da la oportunidad de interactuar con los mismos artistas y los VJs.
¡Pues bienvenidos a México MTV!

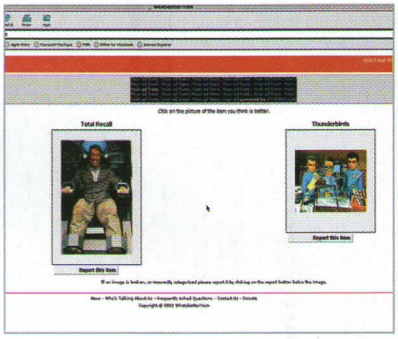
## Responsabilidad Social

United Parcel Service (UPS), la empresa de paquetería más grande del mundo que tiene su sede en Atlanta, Georgia, recibió por cuarto año consecutivo el reconocimiento que la revista Fortune hace a las "50 Mejores Empresas que Apoyan a las Minorías" situándose entre las primeras 25. El reconocimiento se entrega anualmente a las empresas de acuerdo a su compromiso con sus empleados en la contratación, promoción y retención. Esta empresa, que actualmente cuenta con una plantilla de 330 mil empleados, además de este reconocimiento, recientemente recibió otro por sus esfuerzos a favor de la diversidad en la selección de proveedores, la participación comunitaria y la responsabilidad social, entre otros.




## *Habit Rouge*

Seducción, seguridad, elegancia, personalidad, todo esto es, en resumen, Habit Rouge, un perfume que define al hombre seguro de sí mismo. Jean-Paul Guerlain ha creado un hesperidado oriental amaderado con el que dejarás rastro por doquier; encuentra a Eau de Toilette Spray en sus presentaciones de 50 ml., 100 ml. o en frasco de 200 ml.




## ¿Quién es mejor, Fox o unas botas viejas?

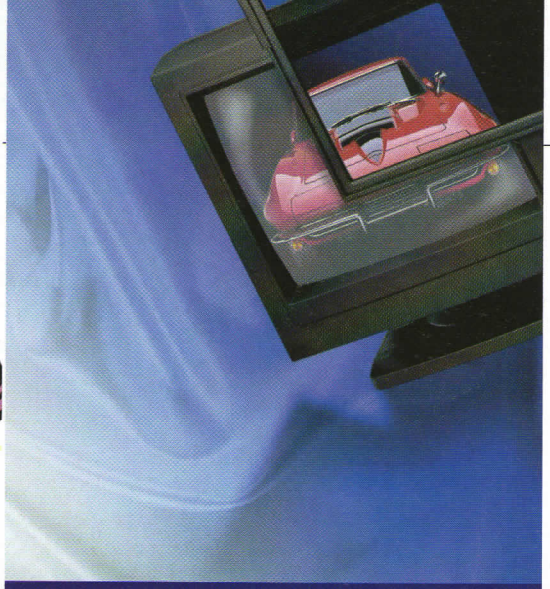
Si quieres establecer qué es lo mejor sin circunscribirlo a ningún área determinada, ahora lo puedes hacer por Internet y con un "ranking" que cuenta con 7,794 ítems votados por miles de personas que participan del juego de esta manera: la pantalla muestra dos cosas de las cuales hay que decidirse por una. Por ejemplo: ¿quién es mejor? ¿Las barras de chocolate o Xuxa? ¿Igor Stravinsky o Viaje a las Estrellas IV?
Entre las mejores cosas, es decir, las más votadas, se encuentran Milla Jovovich, Einstein, el Yoda y Calvin & Hobbes. Entre las peores, o las que la gente nunca prefiere, están Hanson, Osama Bin Laden, Hitler y N'Sync.
Si deseas expresar tu opinión visita el portal www.whatsbetter.com

LA PALABRA MÁS LARGA DEL CASTELLANO ES "ANTICONSTITUCIONALMENTE", SEGUIDA POR EL NOMBRE DEL MÚSCULO DEL CUELLO "ESTERNOCLEIDOMASTOIDEO".

hextremofull.blogspot

## Ni una pluma de tontas

El investigador israelí, Avigdor Cahaner, de la Universidad Hebrea de Jersulalén, ha creado una gallina que posee el gen de la calvicie. Esto lo desarrolló porque en el Medio Oriente el calor provoca que mueran el 20% de las aves de corral y porque pretende ayudar a los granjeros de menos recursos, pues no pueden mantener los sistemas de enfriamiento para las aves durante los períodos de altas temperaturas. Asimismo, el científico agregó que esta ave es más nutritiva que su antecesora con plumas.



## Tecnología Pro-Salud

3M lanza su línea de filtros para monitores de computadora los cuales bloquean hasta un 99% el campo eléctrico de radiación de baja frecuencia a través de una adecuada conexión a tierra, reduciendo la estática y la acumulación de partículas de polvo. La luz solar y artificial crean reflejos en la mayoría de las terminales de computadora provocando, a menudo, el cansancio ocular, dolores de cabeza y pérdida de la productividad, y son estos problemas los que los nuevos filtros solucionarán, ofreciéndote la posibilidad de utilizar la tecnología preotegiendo tu salud. Este producto tiene garantía de por vida. Los precios van de $420 a $650 pesos, según el modelo.

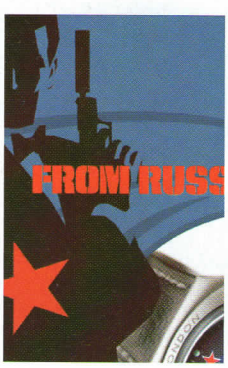
## *¡Chichi chibum a la bimbom ba!*

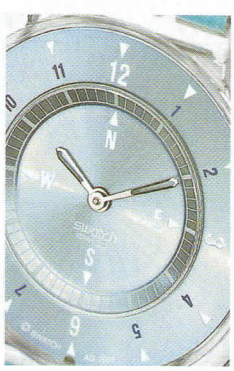
En la Prisión Central de Klong Prem, en las afueras de Bangkok, Tailandia, se está llevando a cabo el Mundial de Futbol de convictos, en donde participan 1,300 presos de los países de Nigeria, Inglaterra, Francia, Italia, Estados Unidos, Alemania, Japón y Tailandia.

Cabe resaltar que uno de los aspectos más notables de la Copa fue el grupo de porristas con físicos exuberantes y torneados, salvo que, en realidad, no eran mujeres sino travestis que cumplen diversas condenas, por ejemplo una vistió un kimono para impulsar a Japón, mientras que otra se disfrazó de reina para alentar a Inglaterra.

## Celebración al estilo James Bond

Swatch continúa con las intrigas que rodean al agente 007 y acerca el arte del espionaje a 20 modelos de relojes como parte de la celebración del cuarenta aniversario de esta marca. Decidieron colocar materiales inusuales, tecnología innovadora y las tendencias del momento para que puedas adquirir la imagen de Bond, que siempre está impecablemente vestido. ¡Anímate a entrar a este fascinante mundo!



LA NUEZ MOSCADA ES EXTREMADAMENTE VENENOSA SI SE INYECTA EN FORMA INTRAVENOSA.

hextremofull.blogspot

hextremofull.blogspot

## Corre como un salmón.

# Descenso de ríos en kayak

Texto y foto Mauricio Ramos Vázquez-Mellado

**El agua que corre río abajo nos evoca una sensación de paz y armonía que nos jala a lo profundo, más que el sonido de su movimiento. Ésta es una de las fuerzas naturales que tiene un temible encanto y que nos reta a vivir al límite.**

Ahora que el turismo alternativo tiene gran demanda, el descenso de ríos se ha convertido en una de las actividades más populares y accesibles. Los ríos se clasifican según la fuerza con la que corre el agua y la dificultad técnica que esto provoca. Para determinar su nivel se debe sacar el promedio de inclinación topográfica y el flujo del agua en centímetros cúbicos por segundo.

Conociendo las características geológicas del río, sus rápidos se clasifican del I al V dependiendo de la dificultad técnica. En algunas partes del mundo hay ríos muy caudalosos que son considerados clase VI.

**¿Qué es?**

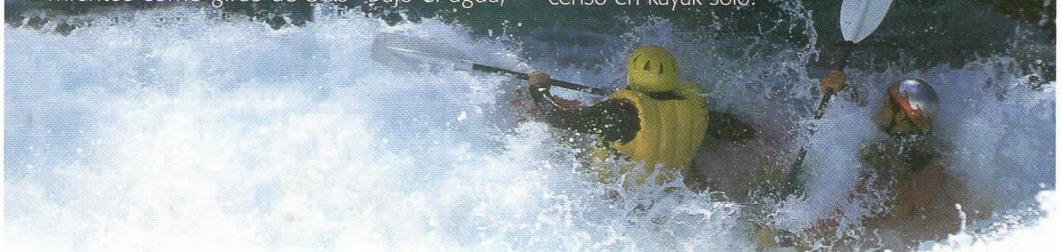
El kayak se originó como una modificación de la canoa utilizada por los indígenas del norte de América. Diferentes modelos y materiales de construcción han permitido el uso de estas embarcaciones en condiciones muy variadas. Actualmente se fabrican diseños para remar en mar, lagos y ríos.

Aunque finalmente se trata de remar sobre el agua, las condiciones de un lago y del mar son distintas. Un kayak para travesía en mar es largo y ligero, generalmente construido con fibra de vidrio y cuenta con un sistema de quilla y timón, el cual es necesario para maniobrar con estabilidad. En cambio un kayak de río es corto, chato y está hecho de plástico. Su forma aerodinámica le permite realizar movimientos como giros de 360° bajo el agua, roles laterales y frontales, y saltos en caídas mayores a 10 metros.

Las técnicas de remo son diferentes entre una modalidad y otra. En un lago el ritmo es suave y constante, mientras que en un río es totalmente irregular, pues la corriente te puede jalar, empujar o succionar.

A diferencia del descenso en balsa, el kayak es un reto personal, donde la técnica y el buen juicio para leer el río son fundamentales, ya que con un solo remo para maniobrar te enfrentas contra el cauce del río.

La práctica del kayak en río es sumamente técnica y es necesario tomar algún curso de introducción antes de intentarlo. Recuerda la regla más importante: ¡nunca hagas un descenso en kayak solo!



hextremofull.blogspot

## El inicio

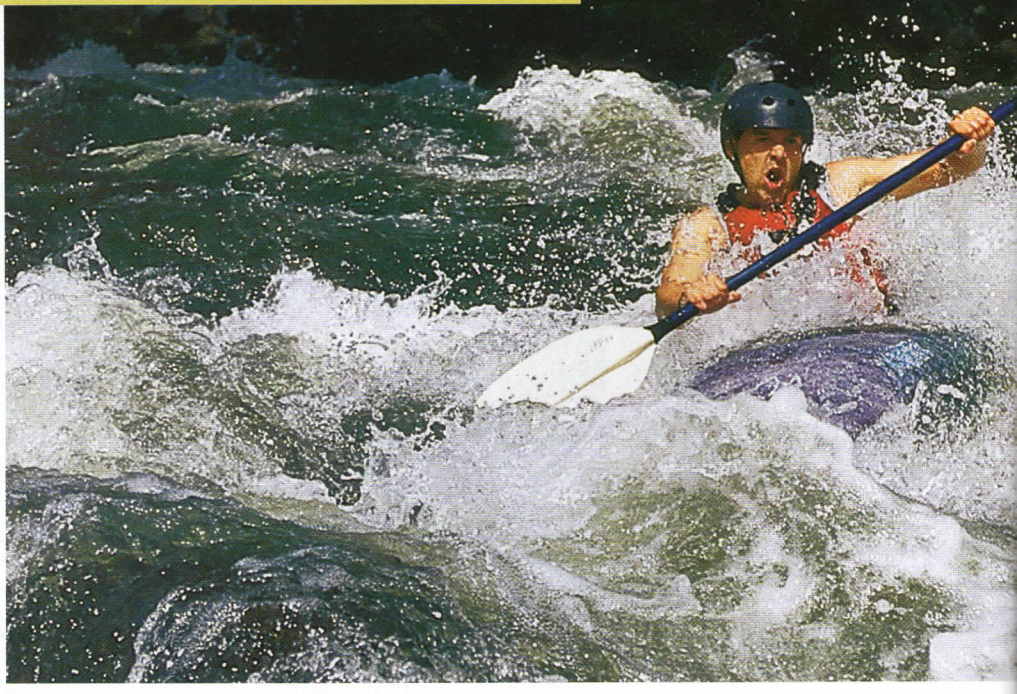
La introducción al kayak de río comienza con una clase en tierra firme que abarca las medidas de seguridad y el equipo, es decir, cómo meterte y salir del kayak, qué hacer si te volteas, cómo comunicarte dentro y fuera del agua, y técnicas de rescate y auxilio.

Al entrar al río, los ejercicios deben realizarse una y otra vez hasta que su ejecución sea casi natural (evacuar el kayak bajo el agua, controlar tu equilibrio al remar, pedir y dar auxilio, y dominar el "roll" -voltear el kayak boca arriba sin evacuar estando de cabeza bajo el agua-), ya que esto es indispensable para dar el siguiente paso.

Estas sesiones se realizan en remansos poco profundos que permiten al instructor permanecer a tu lado, pues es importante supervisar todos tus movimientos y corregir tu técnica. Una vez superada la etapa inicial, poco a poco se experimenta la fuerza del agua, aunque los grandes rápidos tendrán que esperar. Finalmente, todo depende del tiempo que estés dispuesto a pasar en el agua.

Además de ser un deporte extremo, el canotaje es un ejercicio aeróbico de alta resistencia para el que se requiere estar en plenitud física. Otro aspecto importante a considerar es que el contacto con el agua nos lleva a perder el calor corporal tres veces más rápido que sobre la superficie, por lo que es recomendable no excederse.

**Los expertos recomiendan no excederse en la práctica del kayak, pues el contacto directo con el agua hace perder el calor corporal tres veces más rápido que en la superficie.**



## El equipo

Estas embarcaciones han evolucionado a tal grado que hoy en día se fabrican cientos de modelos y diseños especializados para todos los gustos y necesidades. El material utilizado en los kayaks de río es un plástico de gran resistencia que es capaz de soportar todo tipo de golpes y raspones.

Para iniciar, lo mejor es adquirir un kayak usado; el casco, remo, chaleco salvavidas y la remera de neopreno son indispensables desde el comienzo. Antes de comprar, te sugiero consultar precios y modelos en los lugares más frecuentados.

hextremofull.blogspot

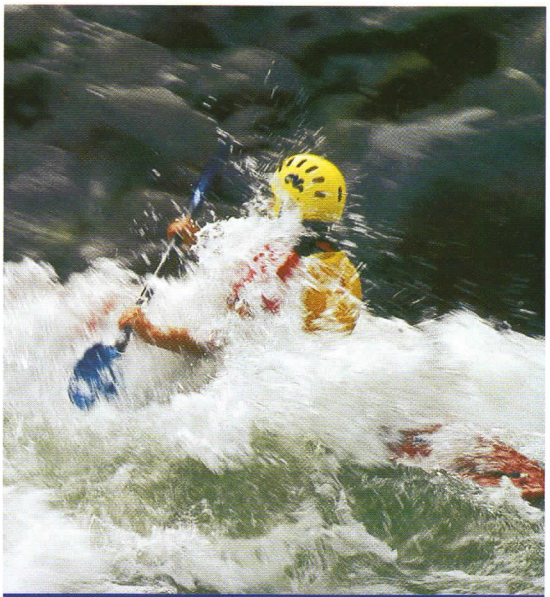
**Actualmente se fabrican cientos de modelos y diseños de kayaks, los cuales están construidos de un plástico muy resistente que soporta todo tipo de golpes.**

## ¿Dónde practicarlo?

Son muchos los ríos de México que ofrecen un escenario ideal para practicar esta modalidad del deporte extremo en todos sus niveles. Los que corren en Jalcomulco, Veracruz, pueden ser la mejor opción, aunque no la única.

Por sus características de selva tropical, Jalcomulco goza de un maravilloso clima. La temperatura del agua es templada, por lo que no hay riesgos de hipotermia, pero debes considerar que el sol puede ser muy intenso, especialmente en el verano. Un buen protector solar y un repelente contra moscos son necesarios.

En este pequeño poblado, que prácticamente vive del ecoturismo, encontrarás varias compañías que operan durante todo el año, entre las que encontrarás una especializada en kayak. Estas operadoras cuentan con servicios de hospedaje, equipo y guías profesionales de excelente calidad. H



## Tips

En el descenso de ríos en kayak hay riegos que correr y límites que respetar. Cuando la corriente es demasiado fuerte lo mejor es salir del agua, cargar el kayak y caminar algunos metros río abajo, finalmente nadie está obligado a vivir al borde del peligro, pues cada quien conoce sus capacidades y se trata de disfrutar del descenso sin arriesgar la vida.

Pensando en tu seguridad, además de tu equipo básico, debes incluir cuerdas de seguridad, mapas de la región, un botiquín de primeros auxilios, algo de comida y ropa seca.

Si te interesa conocer las mejores locaciones para practicar kayak en México, te recomendamos la guía –en inglés– de Tom Robey: "A Gringo's Guide to Mexican Whitewater". Tom es una autoridad en descenso de ríos y ha dedicando los últimos 20 años de su vida a explorar nuestro país. Puedes ordenar su libro a través de www.sagemesa.com

Para mayores informes sobre cursos de kayak contacta a:
Stephen y Valentina MacDonald
K 360 Centro de Kayak,
Tel.: 55 95 16 03,
e-mail: k360@prodigy.net.mx
www.nwkayaks.com
www.phcompany.co.uk

## Elegancia diplomática

El hombre perfecto como tú debe vestir como lo dicta Salvatore Ferragamo, quien ofrece trajes impecables, camisas tenues, corbatas luminosas, zapatos ultra clásicos y gamuzas inmaculadas. Los tonos camello, miel, leche, verde ámbar y aceituna complementan los atuendos para brindarte un encanto cien por ciento urbano. Las gafas para el sol de la misma línea son el complemento de un "look" totalmente versátil.

## Doble juego

Un campeonato llevado a cabo en el Club de Golf Hidden Valley (Valle Escondido), en la localidad de Norco, California, terminó con la detención de los cien participantes y con el arresto de seis personas (tres por proxenetas, dos por prostitución y una por posesión de sustancias ilegales), ya que a los jugadores de este peculiar campeonato de golf se les ofrecía también la posibilidad de probar su puntería en carpas donde podían tener sexo con dos prostitutas.

## Di no a la piratería

En junio se cumplieron dos meses de haber comenzado con la campaña "Cero Tolerancia", cuyo fin es detectar el uso ilegal del software, para ello se enviaron 25 mil cartas en las que invitaron a las empresas a realizar una autoauditoría con el objetivo de informar sobre las condiciones de legalidad de estos activos y poner al corriente la situación de los mismos, al menos mil 500 empresas son las que han acreditado el uso legal de su software a través de esta campaña, los encargados de llevar a cabo esta lucha contra la piratería del software en el Distrito Federal y cinco estados de la República Mexicana (Jalisco, Nuevo León, Estado de México, Puebla y Guanajuato) son el Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial (IMPI) y la Business Software Alliance (BSA). El director general de IMPI, Jorge Amigo, adelantó que próximamente esta campaña se llevará a cabo en los Estados de Yucatán, Veracruz, Querétaro, Sonora, Chihuahua y Michoacán. La BSA cuenta con el servicio de asesoría y da consultas a través del número 01800 709 65 00 y también en las páginas web www.bsa.org y http://www.bsa.org

EL PERIODISMO CONSISTE ESENCIALMENTE EN DECIR "LORD JONES HA MUERTO" A GENTE QUE NO SABÍA QUE LORD JONES ESTABA VIVO. *GILBERT CHESTERTON*

## Hazlo tu cómplice

Teléfono móvil, "laptop", agenda electrónica, lector de CDs, todos estos objetos portátiles han dado lugar a nuevas costumbres y gestos. Por ello Chanel presenta todas sus fragancias en un vaporizador de viaje que se puede guardar discretamente en una maleta, una "bag pack" de deporte o, incluso, en el bolsillo de una chaqueta. Los variados perfumes Allure Homme, Pour Monsieur, Anateus, Egoïste y Platinum Egoïste te envolverán con su estela y se convertirán en tus cómplices para seducir a las chicas.

## *Mascotas comestibles*

El portal de Internet Pets or Food ofrece un menú que incluye mamíferos, reptiles, pájaros y especies raras y exóticas de todo el planeta. Asimismo, cuenta con recetas como costillitas de Doberman, mermelada de hígado de gato, ensalada de cachorro de labrador y churrasquitos de koala.

Por ejemplo, puedes degustar una águila calva por 429.99 dólares y un koala por sólo 1,200 dólares. Si estos platillos te parecen demasiado caros hay opciones económicas como gato australiano a 45 dólares, hamsters vivos a 10 dólares o a 29.95 listos para comerse. El plato más caro del menú es el pájaro Dodo que tiene un precio de 17,000 dólares. www.petsorfood.com

CICEANA

## Ciceana ofrece información ambiental

www.ciceana.org.mx es un portal de Internet dedicado a difundir "Información y Educación Ambiental para el desarrollo sustentable de América Latina"; en este sitio se presenta información en español dedicada no sólo a los niños y estudiantes, sino también a profesionales e investigadores de la materia. La finalidad de esta página es dar a conocer el acervo informativo que Ciceana (Centro de Información y Comunicación Ambiental de Norte América) ha recopilado sobre la educación ambiental en México y Latinoamérica, ya que se requiere de una adecuada toma de decisiones y de fomentar la cultura ambiental en la región; su principal objetivo es crear conciencia sobre los problemas ambientales que se viven en la actualidad. Los encargados de lanzar esta página son: Ciceana Microsoft México y T1 msn.

**HECHOS DE H**

Durante algún tiempo la virginidad de la mujer estaba mal vista y se consideraba, incluso, peligrosa para la salud del marido. Por este motivo, en algunas partes de Oriente, los hombres ricos preferían desflorar a la novia con una barra de hierro o dejarle ese trabajo a un esclavo.

## *Cambio de temporada*

### *Colección otoño/invierno 2002-2003*

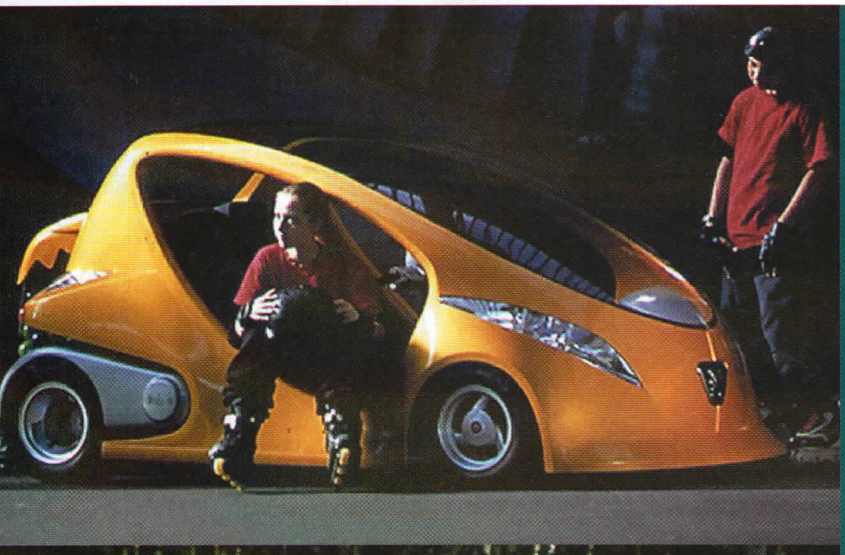
Para esta temporada otoño-invierno Ermenegildo Zegna ha creado una línea de ropa que incluye trajes de líneas, corbatas cosidas a mano, camisas con doble puño y exclusivas chaquetas de cashmere. Traveller, Soft y Zegna Sport son algunas más de las opciones que esta marca te ofrece para verte bien esta temporada.

LA TELEVISIÓN PUEDE DARNOS MUCHAS COSAS, SALVO TIEMPO PARA PENSAR. *BERNICE BURESH*

hextremofull.blogspot



Por Carlos Guilbert



## ENTRE JUGUETES Y VEHÍCULOS

Estos peculiares vehículos calificados por Peugeot como los City Toys son muestras de lo que busca la firma gala en su concurso de diseño por Internet, el cual se dará a conocer en la próxima edición del salón de París que se celebrará el mes de septiembre en dicha ciudad.
"No hay reglas ni formalidades con los lineamientos establecidos, se trata de un concurso de diseño casi casi por diversión", señalaron directivos de la firma. Sin embargo, los City Toys muestran una clara tendencia: la de crear vehículos urbanos, divertidos, para dos personas y que sean capaces de desplazarse ágilmente por ciudades con problemas de aglomeramiento vial. Esperaremos para ver las propuestas de los concursantes en el autoshow de París.

hextremoful!.blogspot

## LANCIA THESIS... LUJO EXCÉNTRICO

No cabe duda que la industria automotriz tiene una opción para todos los gustos, y aquellas personas de gusto excéntrico estarán complacidas con la nueva creación de la firma italiana Lancia, que recientemente dio a conocer su nuevo concepto de lo que considera un sedán de lujo diferente. El Thesis llama la atención por su figura exterior, en donde los cuerpos luminosos, en forma de rombo, destacan sobre las salpicaderas como en los sedanes de los años 50. El interior nos es tan radical como su diseño exterior, pero ofrece una cabina cálida y equipada con todos los elementos que se pueden esperar en un auto que rebasa los 40 mil dólares.

## Inicia la producción del FORD FUSIÓN

Hace unos días la firma del óvalo azul inició la producción en serie de su nuevo modelo denominado Fusión, un monovolumen compacto que, de comercializarse en nuestro país, sería un serio competidor del Chevrolet Zafira, del Renault Megáne, del VW Sharan y del SEAT Alhambra. El Fusión se produce en la planta de Cologne, Alemania, donde se han impuesto la meta de fabricar 69 mil unidades este año.
Ford y su cuerpo de proveedores han invertido cerca de 600 millones de dólares en la modernización de dicha planta y las partes son provistas por doce proveedores ubicados en el parque industrial de la zona aledaña a la planta, lo cual agiliza los tiempos de entrega y producción de los mismos.
El Fusión se producirá paralelamente con el Ford Fiesta, lo cual ha generado la creación de 800 nuevos empleos. Esperemos que dentro de poco tiempo se definan los mercados donde se comercializará el Ford Fusión y que México se encuentre en esa lista.

# Pontiac revive su modelo GTO

Al parecer las firmas norteamericanas están basando su estrategia de lanzamientos en revivir sus modelos más exitosos, Ford ya lo hizo con el Thunderbird y ahora Pontiac lo hace con el modelo GTO, cuya historia dentro del mundo automotriz se empezara a escribir en 1963. Como parte de su campaña publicitaria, el auto correrá en el serial norteamericano más popular: la serie NASCAR, asegurándose, así, que los amantes de los autos deportivos americanos tengan la oportunidad de verlo en acción una vez más.
Esta nueva progenie del GTO fue dotada de un poderoso V8 de 5.7 litros capaz de producir 325 equinos de poder, lo cual garantiza un excelente desempeño al más puro estilo americano.

## Nuevo Ferrari Enzo

El pasado mes de julio, Ferrari presentó su nuevo y exclusivo modelo, al que llamó Enzo en honor al fundador de la marca italiana. El Enzo es el primer auto de la firma que combina la tecnología de los autos de competición (Fórmula Uno para ser más específicos) en un vehículo de calle, el cual posee un motor de 12 cilindros en V que supera los 640 caballos de fuerza, suspensión activa, frenos manufacturados por Brembo y cambios secuenciales en el volante, entre otras curiosidades. La producción de este espectacular automóvil no rebasará las 400 unidades y su precio se estimó por arriba de los 500 mil dólares, aunque Ferrari no ha querido develarlo aún.

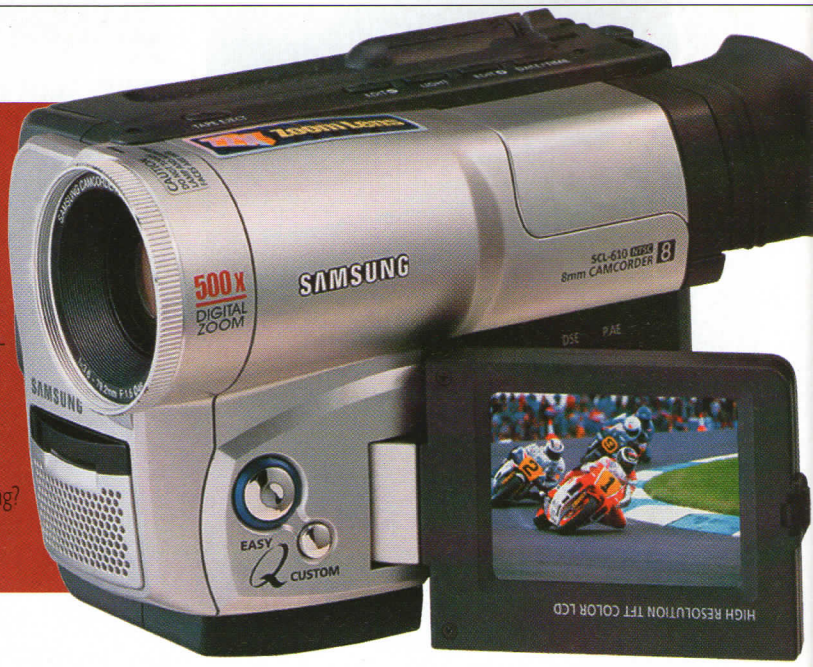
## ¡Para que hagas tu agosto!

### Samsung y H para hombres te regalan esta Videocámara

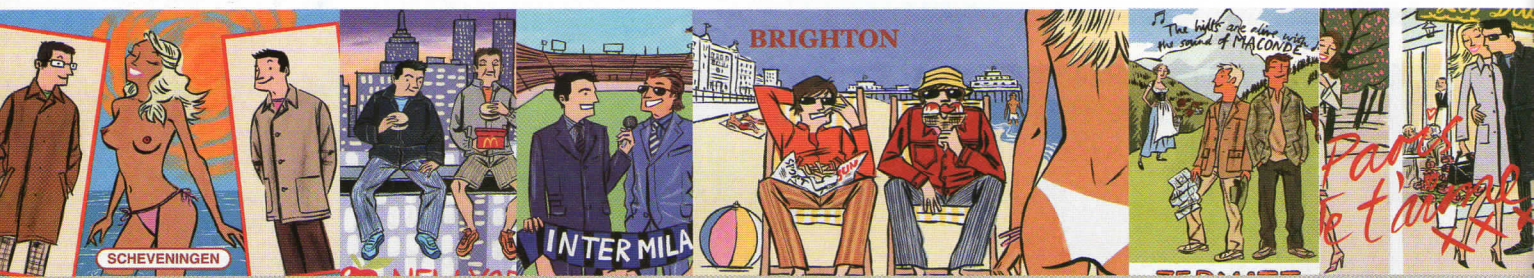
¡Será tuya! si eres el primero en responder correctamente la siguiente trivia:

➜ Las videocámaras Samsung tienen un botón que las hace más fáciles para el manejo de cualquier persona, ¿cómo se llama y cuál es su función exactamente?
➜ ¿Cuántos modos de grabación tiene la videocámara SCL-610 de Samsung y menciona un par de ellas?
➜ ¿Cuántos modos de efectos digitales tiene la SCL.610 de Samsung?
➜ ¿Qué significan las siglas SCL de las cámaras Samsung?

Para información corre a <http://www.samsung.com.mx>




## Totalmente individual




Maconde le da la bienvenida a su mundo a los hombres intrépidos de la nueva generación que como tú buscan un estilo propio sumamente divertido y libre de todo encasillamiento. Esta línea te ofrece todo para que obtengas un estilo fuera de serie con prendas inigualables y juveniles que te permitirán lucir dinámico y vanguardista sin gastar grandes cantidades.

### HECHOS DE H

El primer anuncio escrito que se conoce data del 3000 a.C. y es el contenido de un cartel encontrado en las ruinas de la ciudad egipcia de Tebas, el cual ofrece la recompensa de una moneda de oro a quien capture y devuelva a su amo un esclavo fugitivo llamado Shem.

## Vox Populi

### ¡Ah, qué abusadillos!

El que una entidad política responda con premura a una información de prensa es raro en México, pero sucede. El diario Reforma publicó que la Cámara de Diputados cuenta con una partida "secreta", más conocida como gastos sin comprobar, de más de 300 millones de pesos anuales. Esta partida es semejante a la que existía en la Presidencia de la República -con 7 cifras, no 6- y de la que no se da cuenta a nadie. Legisladores de la pasada legislatura echaron abajo la partida "secreta" presidencial, pero no la de ellos. Al difundirse la especie, los diputados del PAN contestaron, casi de inmediato, especificando en qué se ha gastado casi el 100% de los más de 100 millones que le corresponden. El PRD prometió informar sus estados financieros al respecto. Los demás partidos, que también cuentan con una rebanada del pastel, "no han dicho esta boca es mía", incluyendo el PRI.

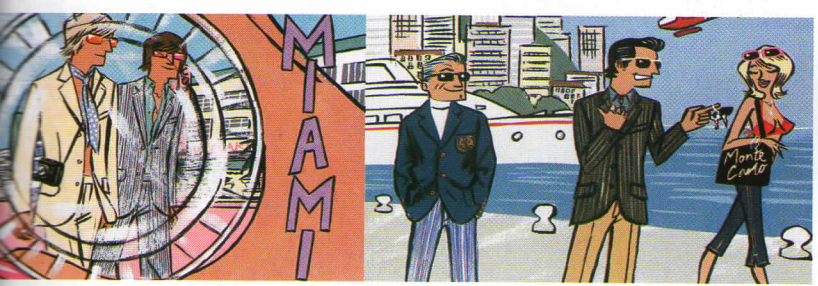
ENCUENTRO LA TELEVISIÓN MUY EDUCATIVA. CADA VEZ QUE ALGUIEN LA ENCIENDE, ME RETIRO A OTRA HABITACIÓN Y LEO UN LIBRO. *GROUCHO MARX*

hextremofull.blogspot

## Tecnología AMD para Star Wars: Episodio II, El Ataque de los Clones

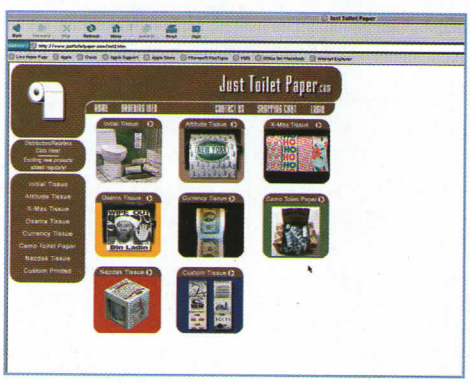
AMD, una empresa proveedora mundial de circuitos integrados para los mercados de computadoras personales, en red y mercados de comunicación, colaboró con Industrial Light & Magic (ILM), una división de Lucas Digital Ltd; LLC y JAK Films para la producción de "Star Wars: Episodio II El Ataque de los Clones", pues JAK Films utilizó estaciones de trabajo basadas en procesadores AMD Athlon MP, y ILM un "cluster" de servidores de alto rendimiento basados en procesadores AMD Athlon MP. La idea de emplear esto fue porque deseaban pintar un cuadro exacto de lo que sería "Star Wars:

Episodio II, El Ataque de los Clones" antes de empezar la filmación, y el resultado de esta prueba ya lo podemos ver en cualquier sala cinematográfica desde el mes pasado.




## ¡Osama, pásame el papel!

El sitio www.justtoiletpaper.com contiene un catálogo de papel higiénico que no sólo toma en cuenta su suavidad y absorbencia, sino la ocasión y la personalidad del usuario. En este portal podrás escoger entre el papel navideño con diseño de Santa Claus, el papel de Osama Bin Laden, el de billete de cien dólares y otros con tu inicial escrita y con las cotizaciones de las firmas tecnológicas de Nasdaq, sin embargo, el gran descubrimiento del catálogo es el papel higiénico para cazadores, quienes se ven obligados a hacer sus necesidades detrás de los arbustos o en descampado.




## ¿Por qué ciertas fragancias masculinas se mantienen en boga a través de los años?

Los expertos no se han puesto de acuerdo para dar una explicación acerca de este fenómeno, pero lo cierto es que hay fragancias que con el paso del tiempo no sólo se mantienen, sino que su consumo se acrecienta. Esto es exactamente lo que ha pasado con Aqua Velva, cuya fragancia tiene "algo" que la ha convertido en un verdadero clásico, tanto en su versión Ice Blue como Sport, por lo que hasta el día de hoy sigue siendo la fragancia favorita de los hombres en muchos países del mundo.

Esta fragancia ha alcanzado un alto nivel de identificación con lo masculino, por lo que no es raro escuchar a las mujeres decir que el aroma de Aqua Velva "huele a hombre". Tal vez ésta sea una de las razones por la que los hombres, jóvenes y maduros, usan esta fragancia como una forma de expresar su masculinidad, ya que, además, contrario a lo que se pudiera pensar, no es un producto caro. La fragancia Aqua Velva sigue estando presente dentro de las llamadas tendencias olfativas internacionales y, tal como se ve, tiene aún mucho camino por delante. Mientras los expertos debaten el por qué de este fenómeno, nosotros los hombres seguiremos 100% identificados con fragancias como Aqua Velva.

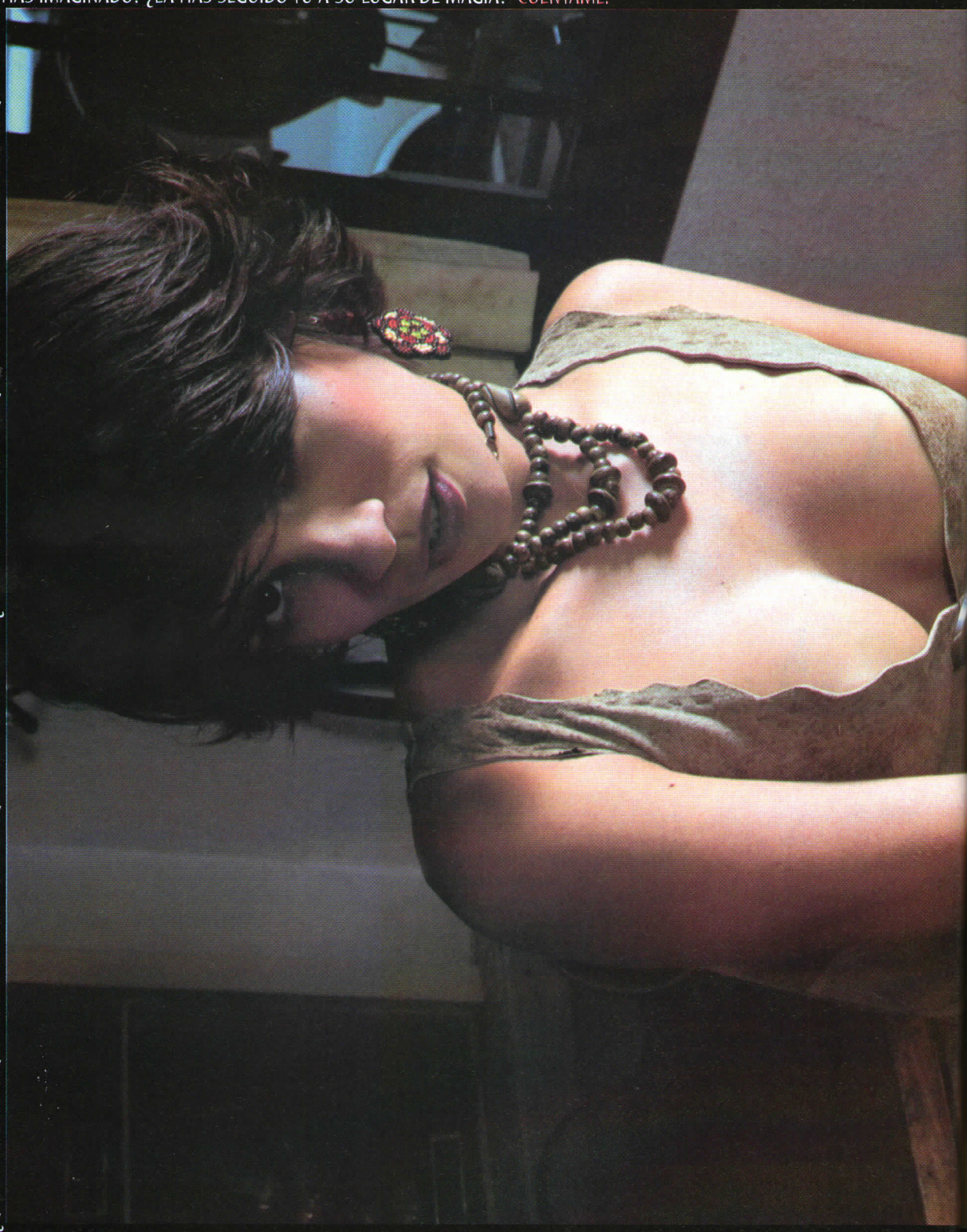
PERIODISMO: CONSISTE EN GENTE QUE NO SABE ESCRIBIR, ENTREVISTANDO A GENTE QUE NO SABE HABLAR PARA GENTE QUE NO SABE LEER. *FRANK ZAPPA*

# CASILLERO

yadhira
yadhira_h@notmusa.com.mx

PLACER EN LOS QUE NUESTROS SENTIDOS VOLARÁN HASTA EL LÍMITE DEL ÉXTASIS. NO DUDES, ENTREGA TU ALMA Y VEN CONMIGO

HAS IMAGINADO? ¿LA HAS SEGUIDO TÚ A SU LUGAR DE MAGIA? CUÉNTAME.



BESOS, SUDOR, LÁGRIMAS Y SALIVA ME DELEITE EL OÍDO CON PALABRAS QUE PROMETAN NOCHES ENTERAS DE PLACER.

¿QUÉ ES LO ÚLTIMO QUE HAS INTENTADO PARA CONQUISTAR A UNA MUJER? ¿HAS INTENTADO PEDIRLE QUE TE SIGA A ESE LUGAR MÁGICO QUE SIEMPRE

SÍGUEME, SÍGUEME A DONDE VAYA, NO PREGUNTES, SÓLO VEN. QUE YO SERÉ QUIEN TE SOSTENGA Y TE GUÍE. IREMOS JUNTOS A DESCUBRIR MUNDOS LLENOS DE

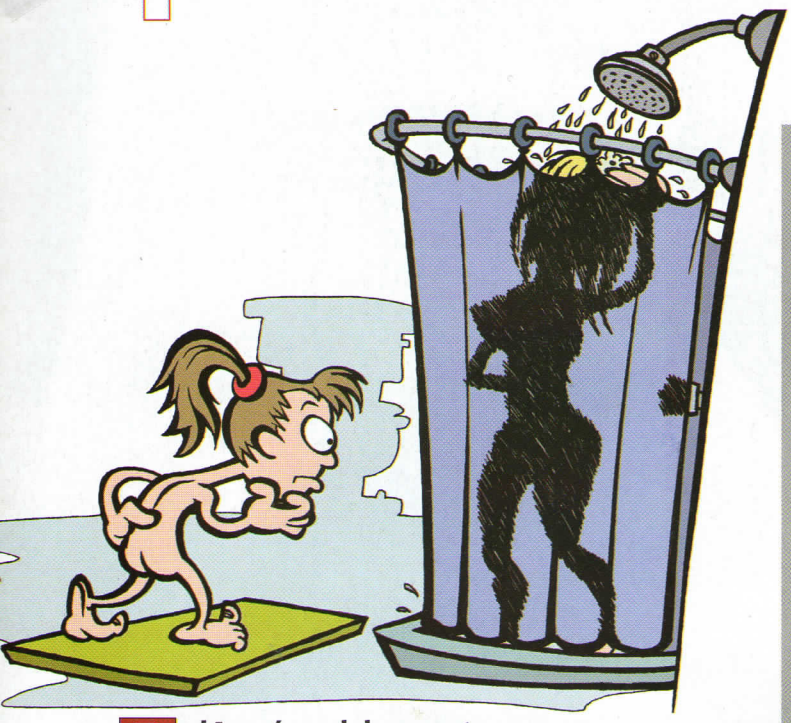
hextremofull.blogspot

A SEMBRAR EN LOS TERRENOS DE LA PASIÓN. PROBAREMOS LAS MIELES DEL AMOR Y CONOCEREMOS EL SABOR DE ESE NÉCTAR DE LOS DIOSES QUE LLEVA AL ESPÍRITU FUERA DEL CUERPO... AY, CHIQUITO, SI ME DIJERAS ALGO ASÍ, SIN PENSARLO, TE SEGUIRÍA "AL INFINITO Y MÁS ALLÁ" (SALUDOS A BUZZ), PERO FUE A MÍ A QUIEN SE LE TUVO QUE OCURRIR, PORQUE NO HA LLEGADO EL HOMBRE QUE CON



Foto: Archivo H

# CONTESTADORA



## ¿A qué se debe que tengamos vello en el pubis y las axilas?

Se supone que nuestros ancestros -como la mayoría de los mamíferos- tenían el cuerpo totalmente cubierto de pelo, el cual evitaba que perdieran calor corporal, principalmente en épocas de frío. Sin embargo, el pelo fue perdiendo su función de aislamiento y desapareció a lo largo de su evolución... con excepción del que cubre la cabeza, en la que el cabello sigue constituyendo un buen aislante.

No obstante, el pelo cumple con otras funciones: en la mayoría de los mamíferos, el olfato está bien desarrollado y su piel conserva glándulas odoríferas para distintos fines como marcar el territorio y el reconocimiento entre las especies y entre sexos... El vello de axilas y pubis constituye excelentes esponjas que captan y conservan los olores producidos por las glándulas odoríferas y sudoríparas, aunque esto hoy día ya no es una característica tan apreciada. Asimismo, juega un papel preponderante en la atracción sexual. No obstante, es difícil determinar si este comportamiento es innato o adquirido. Por último, los vellos también tienen una función "lubricante", ya que reducen la irritación debida al frotamiento de la piel contra la piel.

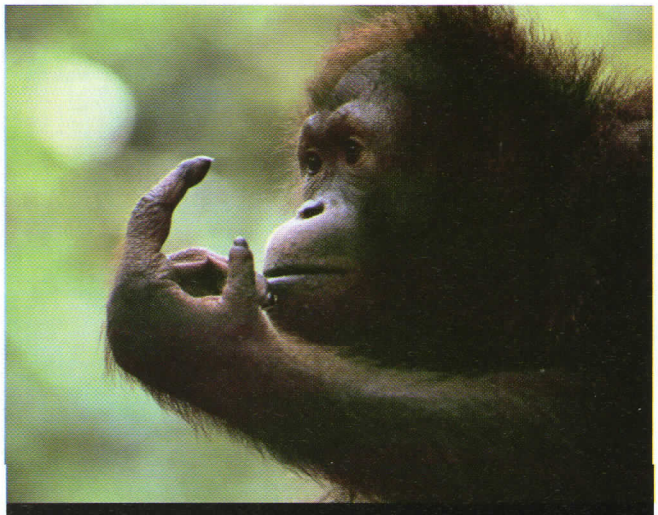
## A que no adivinan ésta: ¿de qué se compone el orín del zorrillo?

¡A que sí la adivinamos! Los componentes de tan mefítica sustancia son los siguientes: mercaptano de crotilo, mercaptano de isopentilo y bisulfuro de crotilo-metilo, en proporción de 4:4:3... No pensarás convertirte en perfumista, ¿o sí?

## ¿Por qué se les denomina precisamente con la palabra "celular" a esos teléfonos inalámbricos tan útiles para muchas personas?

El nombre de celular se deriva de que cada región geográfica de cobertura se divide en "células", las cuales están equipadas con un radiotransmisor y un equipo de control. Cuando enciendes tu teléfono, éste envía una señal que te identifica como usuario y verifica que seas un usuario "vigente" (al corriente en tus pagos), enseguida busca un canal libre para encauzar tu llamada.

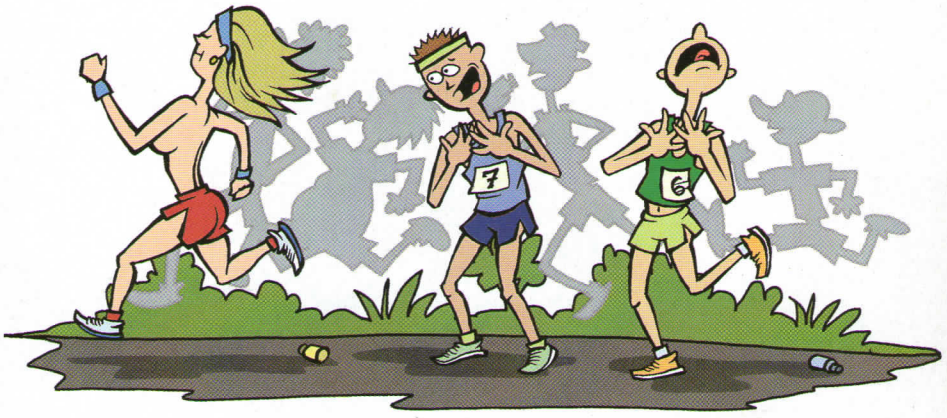
De acuerdo con la Asociación de la Industria de Telecomunicaciones Celulares, en la actualidad hay unos 60 millones de usuarios de este tipo de teléfonos. Aunque el servicio celular fue inventado hace más de 50 años, el despegue como negocio inició hace apenas 25 y cubría un selecto mercado de apenas tres millones de dólares, sin embargo, ahora se ha convertido en una boyante industria que genera alrededor de 30 mil millones de dólares al año.



## ¿Cómo se sabe que los animales pueden o no ver en colores?

Por el análisis de las estructuras del ojo. Los científicos han identificado que nuestra retina posee dos tipos de células: los bastones y los conos, los cuales son responsables de detectar la luz y los colores. Si al analizar los ojos de miembros de alguna especie no se observa la presencia de conos, entonces ésta carece de la capacidad de detectar los colores. Por cierto, muchas aves tienen un desarrollado sentido del color; la mayoría de los mamíferos, no; sin embargo, los monos pueden distinguir y diferenciar los colores.

hextremofull.blogspot



## ¿A qué se le llama "pezones de corredor", a alguna enfermedad exótica?

Nada de eso, esta condición describe la inflamación que presentan los pezones de los corredores de fondo tras haber sufrido el roce de la vestimenta, lo que les produce irritación, resequedad, inflamación y, en casos extremos, sangrado; sobre todo si los pezones están erectos. Algunos remedios para quien los sufre consisten en usar ropa muy suelta o aplicarse crema y cubrirse los pezones con algunos parches quirúrgicos. Hay quienes prefieren correr con el torso desnudo.

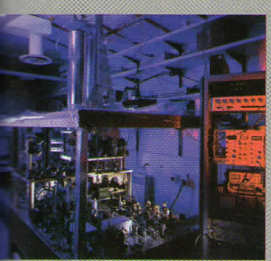
## ¿Es cierto que el refresco de jengibre puede aliviar una molestia estomacal? Sería magnífico poder recurrir a un remedio tan accesible en alguna urgencia.

Si bien es cierto que el jengibre tiene propiedades desinflamantes, los productos que se anuncian como "de jengibre", tal como el refresco Ginger Ale o las galletas de jengibre, tal vez puedan aliviar una molestia estomacal leve. Sin embargo, la mayoría de estos productos contienen una mínima cantidad (y algunos sólo dicen contenerla). Si padeces con frecuencia de trastornos gastrointestinales, mejor consulta a tu médico.

## ¿Resulta peligroso tragarse un chicle?

En realidad tragarse un chicle no representa gran problema; es falso aquello de que el chicle permanece en los intestinos durante años, pues está compuesto principalmente de gomas sintéticas (elastómeros) que el organismo no puede digerir y, por lo tanto, viaja por el aparato digestivo y es expulsado en el excremento en cuestión de días. Sin embargo, los niños sí corren riesgo de obstrucción intestinal si tragan chicle en cantidades importantes, pero esto también puede evitarse: basta con el cuidado esencial que requieren los pequeños y abstenernos de darles a masticar chicle.

## A ver si pueden responderme... ¿cómo se mide con exactitud un segundo?



Desde tiempos "que no podemos acordarnos", el hombre ha intentado medir con exactitud el tiempo: en un principio, un segundo fue definido como la ochentaiseismilcuatrocientosava parte (1/86,400) del día solar promedio, mas como la rotación de la Tierra no es constante, esta definición dejaba mucho que desear. Por tanto se siguió buscando una definición que dependiera de un fenómeno físico menos caprichoso. Desde 1967, el Sistema Internacional de Pesas y Medidas definió el segundo como el lapso en que transcurren "9,192 millones 631,770 periodos de la radiación de la transición entre los dos niveles hiperfinos del estado fundamental del átomo de cesio 133"... o, lo que es lo mismo, los destellos que produce un átomo de cesio, lo cual sólo es posible medir con un reloj atómico.

hextremofuil.blogspot

## El muro de los lamentos

Rafat Abu Ashay, un niño de diez años, cubre su rostro y llora al pie de un desconchado muro, mientras es custodiado por soldados israelíes después de que fuera capturado cuando manifestantes palestinos –simpatizantes de Yasser Arafat– chocaron el 26 de julio del 2000 con tropas judías al Oeste de Hebrón.

Foto: **AP**

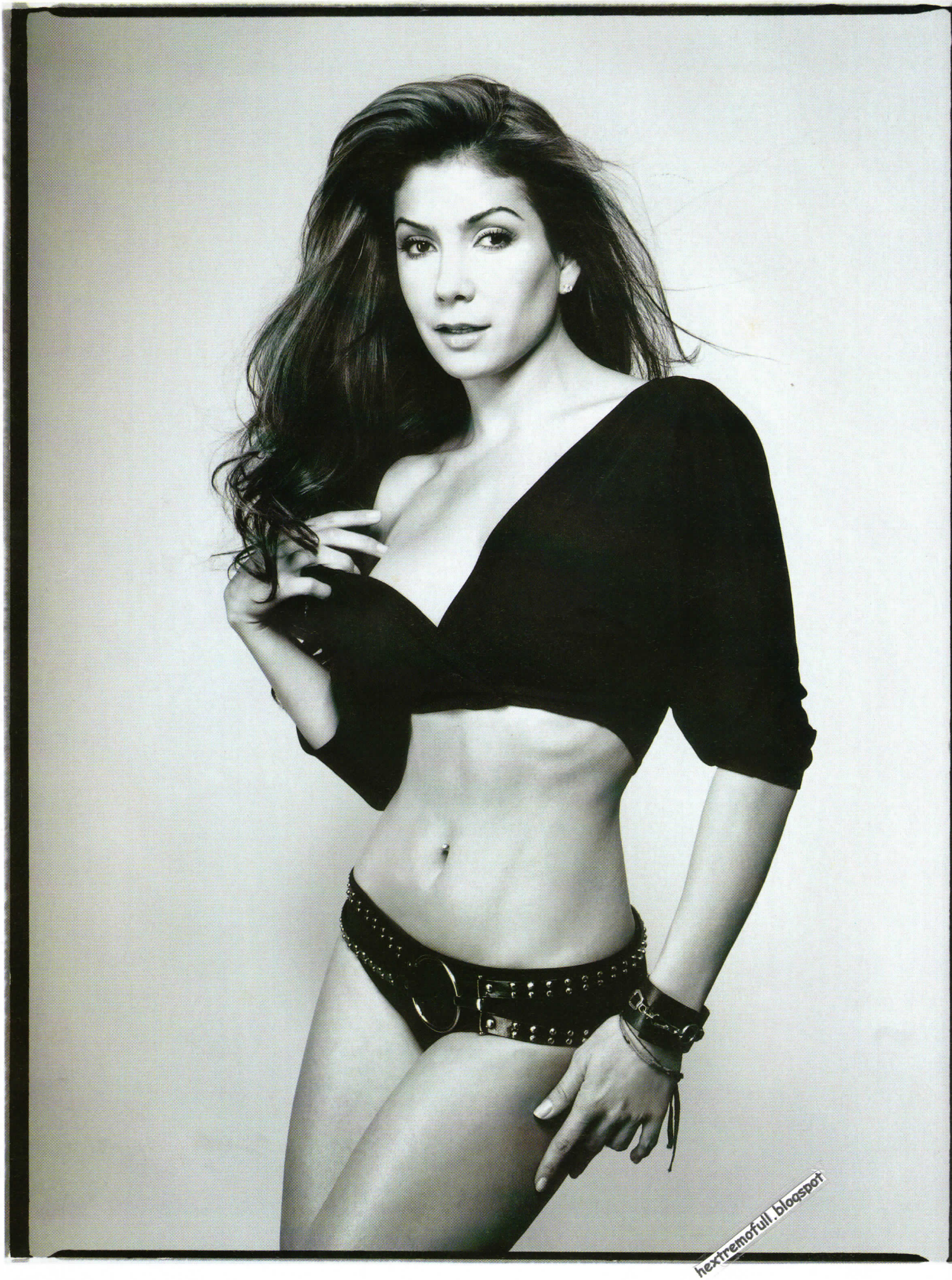
hextremofull.blogspot

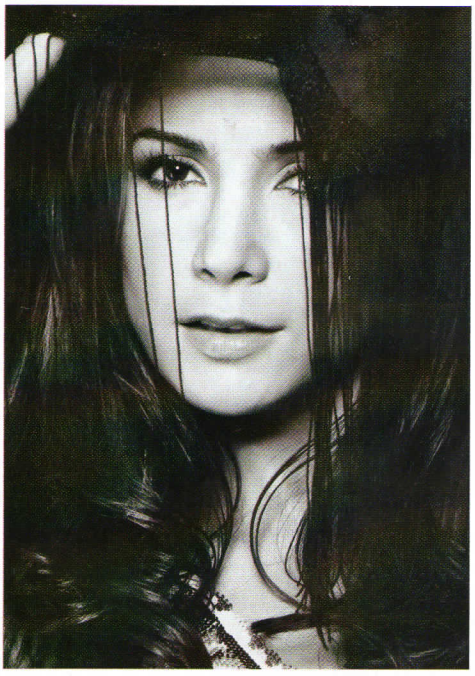
# Paty Manterola

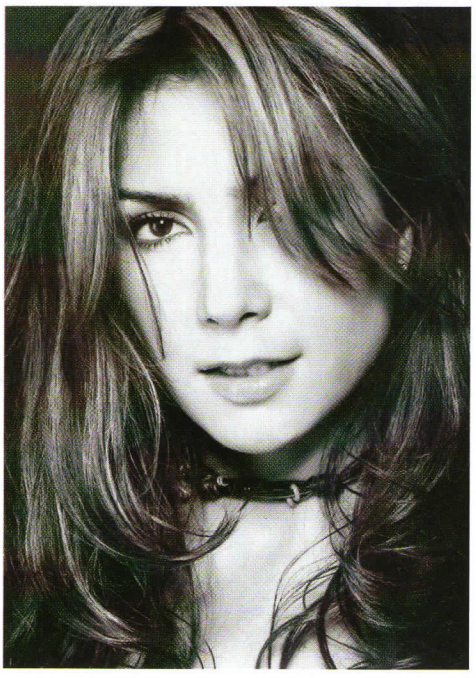
hextremofull.blogspot

Fotógrafo **Kassem** Coordinación de moda **Lorena Tinoco** Peinado **Eduardo Pérezrivera** Maquillaje **Eduardo Arias**

hextremofull.blogspot


hextremofull.blogspot





hextremofull.blogspot

hextremofull.blogspot

## Piñata humana

Un miembro de la facción política Thai golpea con una silla metálica el cuerpo sin vida de un estudiante que fue colgado afuera de la Universidad Thammasat en Bangkok. La policía irrumpió en la universidad después de que los estudiantes colocaran barricadas y demandaran la abolición del antiguo régimen militar el 16 de octubre de 1976.

Foto: **AP**

hextremofull.blogspot

# Dinámica EJECUTIVA mente

Fotos Gianfranco De Cesco Texto Begoña Llanos

hextremofull.blogspot

Ésta es la séptima vez que se reclina descaradamente sobre tu escritorio para señalar la sexta línea de la impresión que acabas de hacer... Te pregunta si estás de acuerdo con el movimiento bancario número cinco que van a realizar, pero para entonces ya estás a muchos kilómetros de aquello y, más bien, has traspasado el terreno de su escote y te encuentras buceando en su ombligo, ella lo sabe...

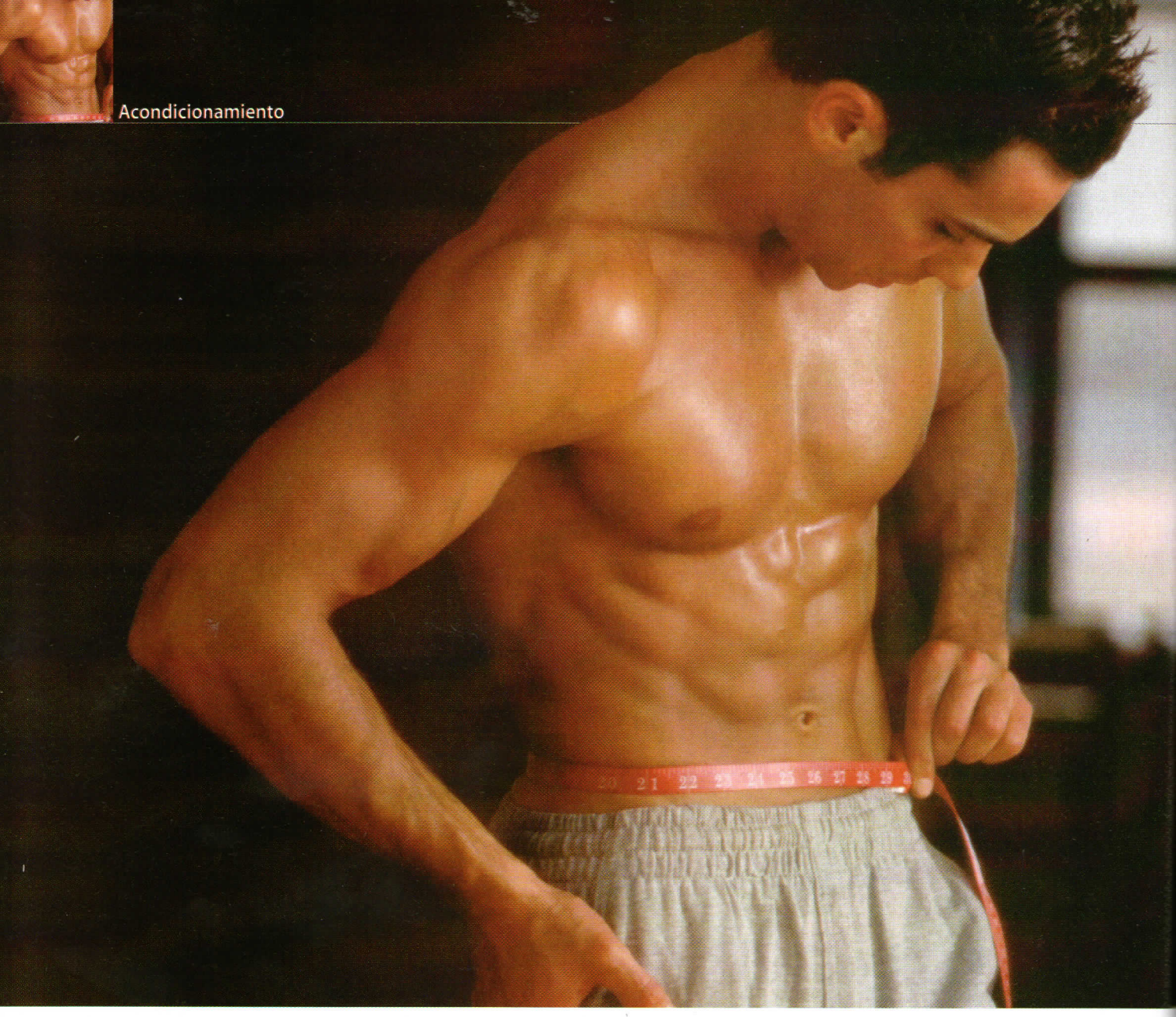
hextremofull.blogspot

**BMW 530 Fórmula Uno**
FICHA TÉCNICA
**Motor** 3,000 cc.
**No. de cilindros** 6 con 24 válvulas.
**Potencia** 231 hp a 5,900 rpm.
**Transmisión** Automática secuencial de cinco velocidades.
**Control automático de estabilidad y tracción** ASC y T.
**Rines** De aluminio Parallel Spoke de la clase M.
**Frenos** De disco en las cuatro ruedas.

hextremofull.blogspot

hextremofull.blogspot

Ambos caminan por el pasillo número cuatro que conduce a su oficina mientras se quita el saco y te invita a entrar, y tú sostienes los tres sobres que ha envuelto en dos cintas y a poco menos de un minuto te ves envuelto entre sus piernas. Salen de la oficina, casi vacía, ella no se cierra la blusa; algunos miran... pero una mujer así no tiene nada que ocultar y tú tampoco. Escapan de ahí en tu coche, veloz, silencioso y bello... memorable, como la tarde que acaba de pasar.



Si sientes que la espalda en cualquier momento se te partirá en dos, tu cintura es incapaz de sostenerte un minuto más y tu barriga se está convirtiendo en "panza", es momento de seguir estas instrucciones que te llevarán a obtener una buena postura, un estado saludable y un abdomen que lucirá 100% de hierro.

Trabajar los abdominales NO elimina la barriga. El depósito de tejido graso debe ser eliminado antes de comenzar a tonificar los músculos. Para ello inicia una rutina de larga duración y poca intensidad de ejercicios cardiovasculares de tipo aeróbico, mucha duración y poca intensidad, tales como caminata, bicicleta, natación, escaladora, etc.

## Faja y... ¡a sudar!

Utilizar fajas de neopreno o "enrollamientos" de plástico alrededor de la cintura para acelerar la pérdida de volumen es un espejismo, porque, aunque la reducción es evidente, ésta se debe a una pérdida de agua que, irremediablemente y más temprano que tarde, recuperarás. Estos métodos propiciarán una circunstancia favorable para la deshidratación, ya que la sudoración excesiva te hará perder sales y minerales, que son necesarios para el buen funcionamiento del organismo y podrías padecer de mareos, calambres o contracturas musculares.

## Haz lo correcto

Para ejercitar eficientemente los músculos abdominales, deberás:

➜ Mantener la cabeza relajada evitando forzar la musculatura del cuello.
➜ Mantener la barbilla separada del cuerpo y mirar hacia arriba y al frente en un ángulo aproximado de 45 grados.
➜ No colocar las manos entrelazadas detrás de la nuca.
➜ Para trabajar la zona superior del abdomen flexiona la sección dorsal de la columna, y la zona lumbar para trabajar la zona inferior.
➜ Permanecer con las rodillas flexionadas para evitar que la zona lumbar se arquee.
➜ Al momento de realizar el máximo esfuerzo debes expulsar todo el aire.

hextremofull.blogspot

# 100% músculo, 0% grasa

## Abdomen de acero

Por El cuyo

**Además de un complejo óseo, nuestro torso está formado por músculos que se extienden en varias direcciones y cumplen con diversas funciones como sostener la postura, respirar, toser, estornudar, etc. Así que trabajar y fortalecer los músculos abdominales nos permitirá mantener una postura correcta, sentirnos cómodos, movernos libremente y tener lo que tanto anhelamos: UN LAVADERO DE HIERRO.**

La Electromiografía (EMG) es el procedimiento que se utiliza para estudiar el funcionamiento de los nervios periféricos y músculos de un lugar del cuerpo humano (cara, cuello, brazos, cintura, piernas, etc.) utilizando estímulos eléctricos generados por un equipo denominado ELECTROMIÓGRAFO, el cual recoge información sobre la actividad eléctrica de los músculos. La contracción de un músculo se debe a la descarga eléctrica del nervio que lo controla. Si el nervio está afectado, su funcionamiento se resiente y varían las características de los impulsos eléctricos que transmite. Además, las variaciones en esos impulsos son distintas en función de que el nervio esté, por ejemplo, enfermo o comprimido, o de acuerdo al grado de compresión.

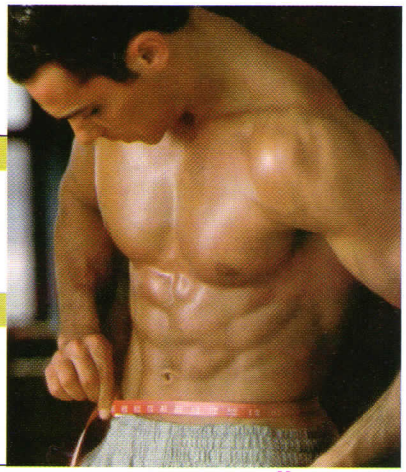
Estudios electromiográficos muestran que la zona superior del recto abdominal interviene siempre que se trabaja la zona del torso, por el contrario, la zona inferior del recto abdominal debe realizar un trabajo específico, ya que no participa en la sinergia como lo hace la primera zona muscular. Tomando estos datos en cuenta, trabajaremos en el siguiente orden:

1. Zona inferior del recto abdominal.
2. Músculos oblicuos.
3. Zona superior del recto abdominal.

**Rutina**

| **Sencilla** | |
|---|---|
| Inferior | 4 series x 20 repeticiones |
| Oblicuos | 3 series x 15 repeticiones |
| Superior | 3 series x 15 repeticiones |

| **Mixta piramidal** | 1º Serie | 2ª Serie | 3ª Serie | 4ª Serie |
|---|---|---|---|---|
| Inferior | 30 rep. | 25 rep. | 20 rep. | 10 rep. |
| Oblicuos | 25 rep. | 25 rep. | 20 rep. | 20 rep. |
| Superior | 10 rep. | 15 rep. | 20 rep. | 25 rep. |



hextremofull.blogspot

# Sobre
# al

**¿Tras tumbarte al sol, lo único que conseguiste fue una buena achicharrada en vez de una chica o un excelente bronceado? Si éste es el saldo de tus vacaciones, tenemos soluciones para que acabes con la inflamación y el ardor sin tener que parar en el hospital.**

Antes de que hubiera un agujero en la capa de ozono podíamos asolearnos con la remotísima posibilidad de achicharrarnos. Hoy, eso es cuento de niños, ya que los rayos ultravioleta, que son sumamente dañinos, atraviesan la atmósfera y pueden provocar serias quemaduras si no se limita la exposición solar a tres horas, antes de las 10:00 a.m. y después de las 3:00 p.m.

### Salido del infierno

Desafortunadamente entre la emoción de estar frente al mar, observar a las chicas esculturales asoleándose o divertirte jugueteando con la galana en la piscina es seguro que cuando menos lo piensas eres todo un camarón, irritado y quemado, porque además se te olvidó ponerte bronceador y no soportas la simple presión de las manos femeninas por tu piel. Es como si hubieras sido desterrado del infierno donde hay tantas tentaciones y sólo quedaste con el aspecto pícaro y rojo de un diablito.

Realmente el problema no es tan grave, pero cómo duele, ¡auch!

Recurre a elementos caseros y resuelve esta eventualidad volviendo a disfrutar de las vacaciones.

**Solución:** A remojarse.
**Aliado:** Leche.
**Cómo hacerlo funcionar:** Prueba aplicándote unas gasas humedecidas con leche, la cual deberá estar a temperatura ambiente o ligeramente más fría, pero no a la temperatura helada del refrigerador. Mantén las compresas por veinte minutos y si te acuerdas, repite la operación cada cuatro horas. Como la leche deja un ligero rastro de olor, asegúrate de enjuagarte después con agua fresca.

**Solución:** Ingiere protección.
**Aliado:** Cápsulas de vitamina E.
**Cómo hacerlo funcionar:** Toma diariamente una cápsula de vitamina E, que provee de una serie de protecciones que van desde un ataque cardiaco hasta la disminución de la inflamación que producen las quemaduras solares. Las nueces son una buena fuente de esta vitamina, así que también prueba a comerlas cuando te hayas achicharrado.

**Solución:** Un baño.
**Aliado:** Vinagre.

hextremofull.blogspot

# vive quemón

Por Cecilia Valdez

Foto: Latin stock

**Cómo hacerlo funcionar:** Vierte una taza de vinagre blanco en el agua de la tina y sumérgete en ella para tomar un baño relajante y reparador. Te sentirás mejor y el ardor pasará como por arte de magia. No te restriegues con la toalla al momento de secarte, procura hacerlo con ligeras palmaditas.

**Solución:** Deja a un lado la limpieza.
**Cómo hacerlo funcionar:** Durante el tiempo en que tu piel se encuentre muy sensible e irritada por las quemaduras solares, abstente de los baños de burbujas, los jabones, colonias y perfumes, ya que pueden ser muy resecantes o irritantes para tu piel maltratada.

Si te es indispensable el uso del jabón prueba con uno neutro y libre de aromas.

**olución:** Un analgésico.
**A[illegible]do:** Aspirina.

**Cómo hacerlo funcionar:** Tómate dos tabletas y a las ocho horas otra dosis doble. Si el malestar aún no desaparece, toma una pastilla más. No te excedas de esta dosis, si el ardor sigue siendo insoportable, quizá es momento de acudir a un médico dermatólogo.

**Solución:** Prueba el frío.
**Aliado:** Una bolsa de verduras congeladas o hielo.
**Cómo hacerlo funcionar:** Este remedio es únicamente para zonas pequeñas que hayan sufrido una quemadura. Envuelve la bolsa con elementos congelados en una toalla y colócala sobre el área averiada para aliviar el dolor. Nunca pongas los hielos directamente o conseguirás una quemadura peor.

## Realmente son graves

**¿Qué tan grave es una quemadura?**
Sabemos que eres un súper hombre, pero en ocasiones estos problemillas requieren atención médica y podrían agravarse si no se atienden oportunamente.

➜ **Primer grado:** Estas quemaduras duelen y son de color rojo. Pueden ser ocasionadas por el sol y por lo regular son tratables con remedios caseros.

➜ **Segundo grado:** Exudan, se ampollan y son dolorosas. Se deben a una severa acción solar o a un breve contacto con una superficie sumamente caliente. Se reducen a una pequeña superficie en la piel y podrían ser aliviadas en casa.

➜ **Tercer grado:** Son ocasionadas por sustancias químicas o por el fuego. No creemos que éste sea tu caso.

Sin embargo, es tiempo de acudir al médico si sufres escalofríos, náuseas, fiebre, debilidad o fatiga. Otro síntoma que manifiesta la necesidad de ayuda profesional es si se presentan zonas de color morado, ampollas o una comezón intensa. H

hextremofull.blogspot

# Todo cabe en una maletita sabiéndolo acomodar

Por Lorena Tinoco

**Para viajar un fin de semana, no tienes que cargar un baúl; una pequeña maleta es más que suficiente para transportar lo indispensable para ir a la aventura.**

Foto **Kassem**
Coordinación **Eduardo Pérezrivera**

hextremofull.blogspot

Camisa, jeans, saco y lentes de **Versace**; mochila de **Emporio Armani**, cachucha de **Zara** y Agenda de **Dutti**

# Bohemio

Por **Lorena Tinoco**
Coordinador de moda **Eduardo Pérezrivera**

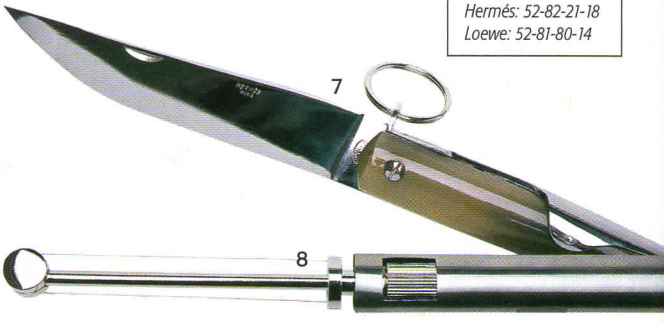
## Este "look" genera una atracción inusitada en el sexo opuesto, así que anímate a llevarlo, los resultados te dejarán gratamente impresionado.

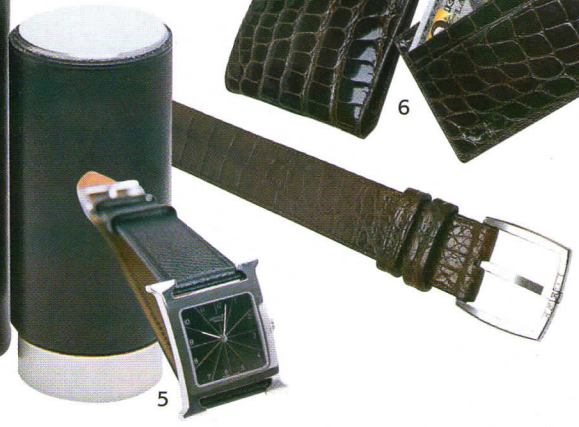
1. Lentes de **Emporio Armani**
2. Chaquetón de **Armani Jeans**
3. Bandas para la cabeza de Coyoacán
4. Jeans con parches de **Armani Jeans**
5. Sandalias de tiras de **Massimo Dutti** y de **ZARA**
6. Mochila de **Springfield**
7. Cinturón bicolor de **Massimo Dutti** y fajilla 100% mexicana
8. Camisas bordadas de **ZARA**
9. Pulseras en madera de Coyoacán

*Mayores informes*
*Versace: 52.82.24.54*
*Armani Jeans: 52.80.02.44*

hextremofull.blogspot

*Informes*
*Postigo: 52-80-84-64*
*Hermés: 52-82-21-18*
*Loewe: 52-81-80-14*



# Masculinidad al 100%

Por **Lorena Tinoco**
Coordinador de moda **Eduardo Pérezrivera**

## Conforma un entorno moderno y varonil con estos elementos.

1. Guarda puro en piel y aluminio de **Hermés** 2. Zapatos en piel de Panelli para **El Palacio de Hierro** 3. Estuche para preparar martinis de Cocktail Generation para **Postigo** 4. Llavero y mancuernillas en forma de avión de **Massimo Dutti** 5. Reloj de **Hermés** con extensible de piel 6. Cinturón, billetera y tarjetero de piel de cocodrilo de **Loewe** 7. Cuchillo plegable de cuerno de toro y acero de **Hermés** 8. Cortador de queso en acero inoxidable de ZACK para **Postigo** 9. Porta CD de aluminio de Umbra para **Postigo**

hextremofull.blogspot

# No te mojes

Por **Lorena Tinoco**

Coordinación: Eduardo Pérezrivera

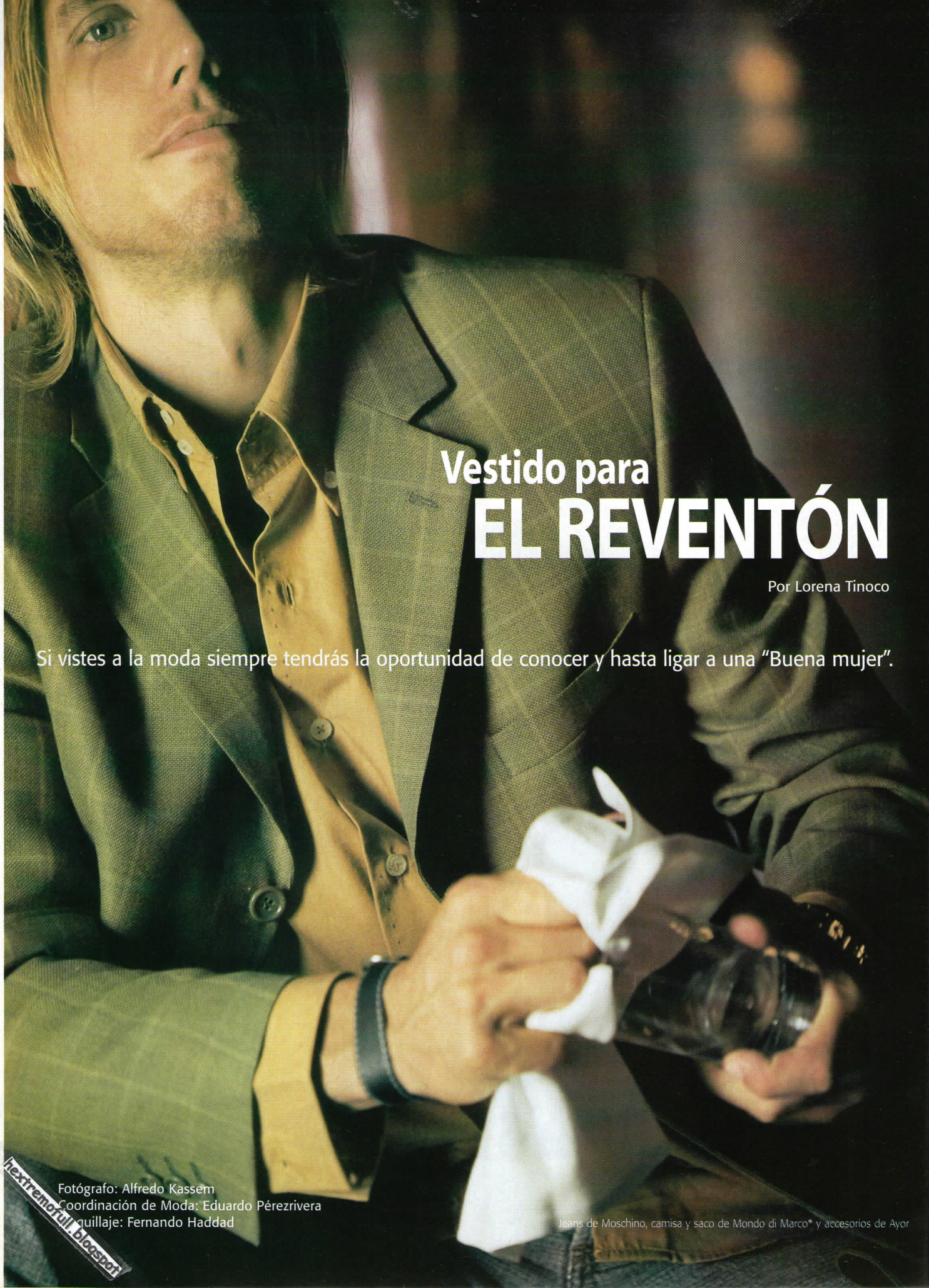
Springfield ZARA Emporio Armani Pull & Beer

hextremofull.blogspot

¿Sabes cuál es la prenda indispensable para usar en estos días lluviosos? Un chaquetón que, gracias a su capa repelente, evita que te empapes. No lo dudes más y adquiere uno si quieres verte perfecto a pesar de las lluvias.

Chester Peck Bonaventure ACA Joe ZARA

hextremofull.blogspot



# Vestido para EL REVENTÓN

Por Lorena Tinoco

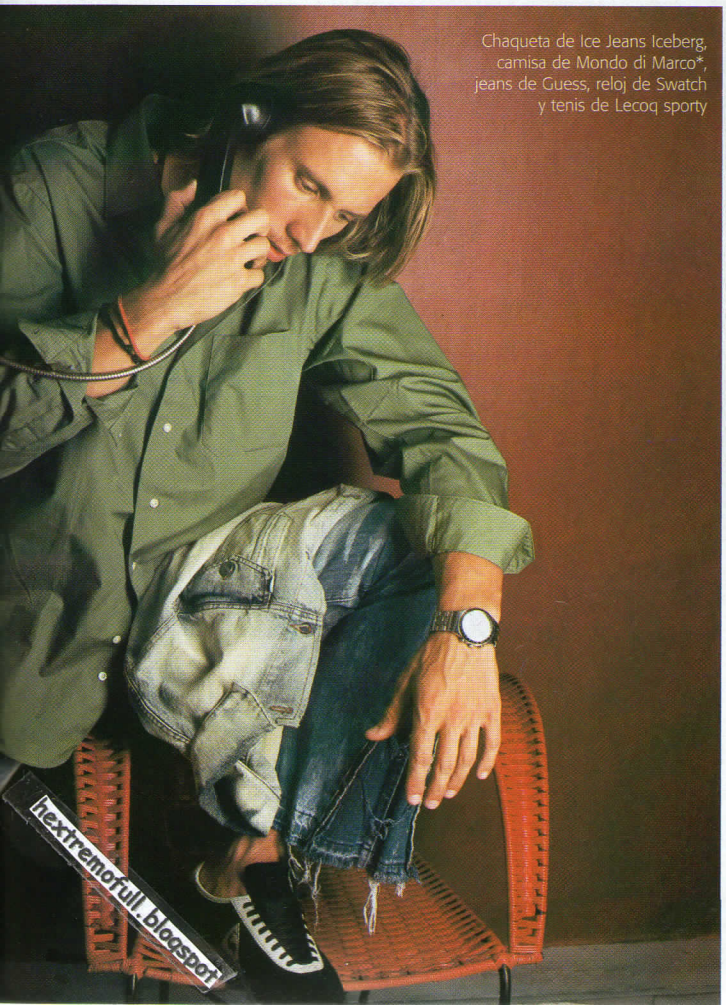
Si vistes a la moda siempre tendrás la oportunidad de conocer y hasta ligar a una "Buena mujer".

Fotógrafo: Alfredo Kassem
Coordinación de Moda: Eduardo Pérezrivera
Maquillaje: Fernando Haddad

Jeans de Moschino, camisa y saco de Mondo di Marco* y accesorios de Ayor

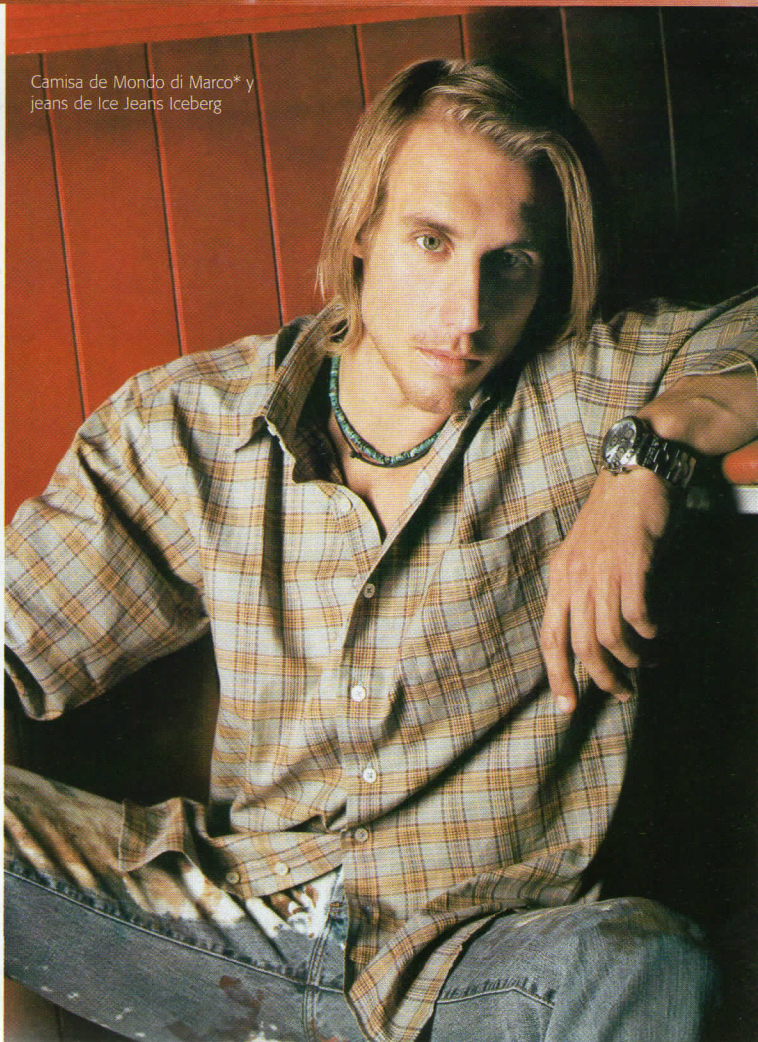
hextremofull.blogspot

Chaqueta de Moschino, camisa de Mondo di Marco* y pantalón de Massimo Dutti



Chaqueta de Ice Jeans Iceberg, camisa de Mondo di Marco*, jeans de Guess, reloj de Swatch y tenis de Lecoq sporty

hextremofull.blogspot



Camisa de Mondo di Marco* y jeans de Ice Jeans Iceberg

Camisa de Mondo di Marco
y jeans de Ice Jeans Iceberg

hextremofull.blogspot

Pantalón de Moschino,
saco y camisa de Mondo di Marco*

Suéter y camisa de Mondo
di Marco*, jeans de Moschino

...o y camisa de Mondo di Marco*, jeans de Ice Jeans Iceberg y accesorios de Ayor

Ag...zemos al Restaurante Bar Victoria,
ubica... La Condesa.
* De ve... tiendas departamentales.

hextremofull.blogspot

Foto: **Latin Stock**

# A la tierra que fueres ¡cu

**Biodegradable, desechos inorgánicos, capa de ozono... Es hasta hace poco tiempo que estos términos están en nuestro las últimas décadas, el ser humano ha sido partícipe de un cambio drástico en el entorno y habrá que ocuparse del nue**

En 1992, la ONU, a través de su Programa para el Medio Ambiente, llevó a cabo en Río de Janeiro, Brasil, la Cumbre por la Tierra, en la cual, líderes internacionales se reunieron por primera vez a analizar la situación ambiental y a desarrollar propuestas detalladas sobre cómo reducir el consumo inmoderado de los recursos, combatir la pobreza, proteger la atmósfera, los océanos y la biodiversidad, así como promover la agricultura sostenible.

Como resultado de esta Cumbre, se desarrolló un documento conocido como Agenda 21, en el cual se incluyen todas las acciones que cada gobierno tendría que llevar a cabo para alcanzar la meta de la reunión: lograr un planeta mejor.

Hoy, a diez años de Río, líderes internacionales se volverán a reunir para analizar, paso por paso, las acciones que se realizaron durante esta década y actualizar aquellas propuestas que no se han llevado a cabo. Esta vez la reunión será en Johannesburgo, Sudáfrica.

Los preparativos para la Cumbre de Johannesburgo* se encuentran en una fase muy avanzada, pues durante el 2001 y la primera mitad del 2002 se efectuarán una serie de consultas nacionales y reuniones preparatorias en todo el mundo para analizar los desafíos y oportunidades que se presentarán en Johannesburgo.

## "Vivimos en un mismo planeta"

Durante la Cumbre se prestará atención a la experiencia y perspectiva de una amplia variedad de personas comprometidas con el desarrollo sostenible. Los delegados en la Cumbre representarán a sectores de la población muy variados como empresas, industrias, niños, jóvenes, agricultores, pueblos indígenas, autoridades locales, organizaciones no gubernamentales, comunidades científicas y tecnológicas, mujeres, trabajadores y sindicatos. Esta Cumbre se llevará a cabo del 26 de agosto al 4 de septiembre.

hextremofull.blogspot

# ídala!

vocabulario y forman parte de nuestro panorama hacia el futuro. Durante
vo vocabulario y su terrible impacto sobre la naturaleza y la vida.

Kofi A. Annan, secretario general de las Naciones Unidas sobre la Cumbre de Johannesburgo, recientemente comentó que "vivimos en un mismo planeta, conectados mediante una delicada y compleja red de relaciones ecológicas sociales, económicas y culturales que conforman nuestras vidas. El logro del desarrollo sostenible requerirá una mayor responsabilidad por los ecosistemas de los que dependen todas las formas de vida, por nuestros semejantes, con quienes compartimos una sola comunidad humana, y por las generaciones que seguirán a la nuestra. La Cumbre de Johannesburgo 2002 supo[illegible] una oportunidad para renovar la lucha [illegible]r un futuro más sostenible".

De acuerdo con Annan, el desarrollo sostenible implica mejorar la calidad de vida de toda la población mundial sin que ello signifique un aumento de uso de nuestros recursos naturales por encima de la capacidad del planeta. Para lograr esto es necesario adoptar distintas medidas en cada región, pero el establecimiento de un modo de vida verdaderamente sostenible requerirá la integración de las actividades en tres esferas fundamentales: crecimiento económico y equidad; conservación de los recursos naturales y del medio ambiente, y desarrollo social. Ésta es la meta que la Cumbre de Johannesburgo buscará llevar a cabo. H

*Para obtener más información véase el sitio de la Cumbre en www.johannesburgsummit.org.

## Números que impactan

La mitad del siglo pasado representó una época de ganancias económicas sin precedentes, pero, al mismo tiempo, aumentó la pobreza y los problemas de desarrollo causados por la rápida expansión de algunas economías y sociedades. Durante este tiempo:

➜ Seis mil millones de personas murieron, esto es más del 140 % en los últimos 50 años. Para el año 2050, se estima que la población del planeta aumentará a nueve mil millones.
➜ La quinta parte de la población sobrevivió con menos de un dólar por día.
➜ Alrededor de mil millones de personas no tuvieron acceso a agua potable. El agua contaminada y el servicio inadecuado provoca más del 10% de todas las enfermedades en países en vías de desarrollo.
➜ La mortandad infantil es diez veces más grande en países en vías de desarrollo que en países industrializados.
➜ En 1996, el 25% de las 4,630 especies de mamíferos alrededor del mundo y 11% de las especies de aves, estaban en riesgo de extinción.

Éstas son sólo algunas cifras que nos hacen reflexionar sobre la importancia que tendrá la Cumbre de Johannesburgo en cuanto a mejorar la calidad de vida de todos los que habitamos el planeta y, al mismo tiempo, nos permiten conocer la repercusión que tendrán en el futuro las acciones que realizamos.

Las nuevas generaciones tomarán como base nuestras metas y esfuerzos para mejorar la calidad de vida de todos. Es por esto que hoy el futuro del planeta está en nuestras manos.

Agradecemos a CB Comunicación la información brindada para la elaboración de este artículo.

hextremofull.blogspot

# Damita: ¡Oríllese a la orilla!

Por Arturo Hernández

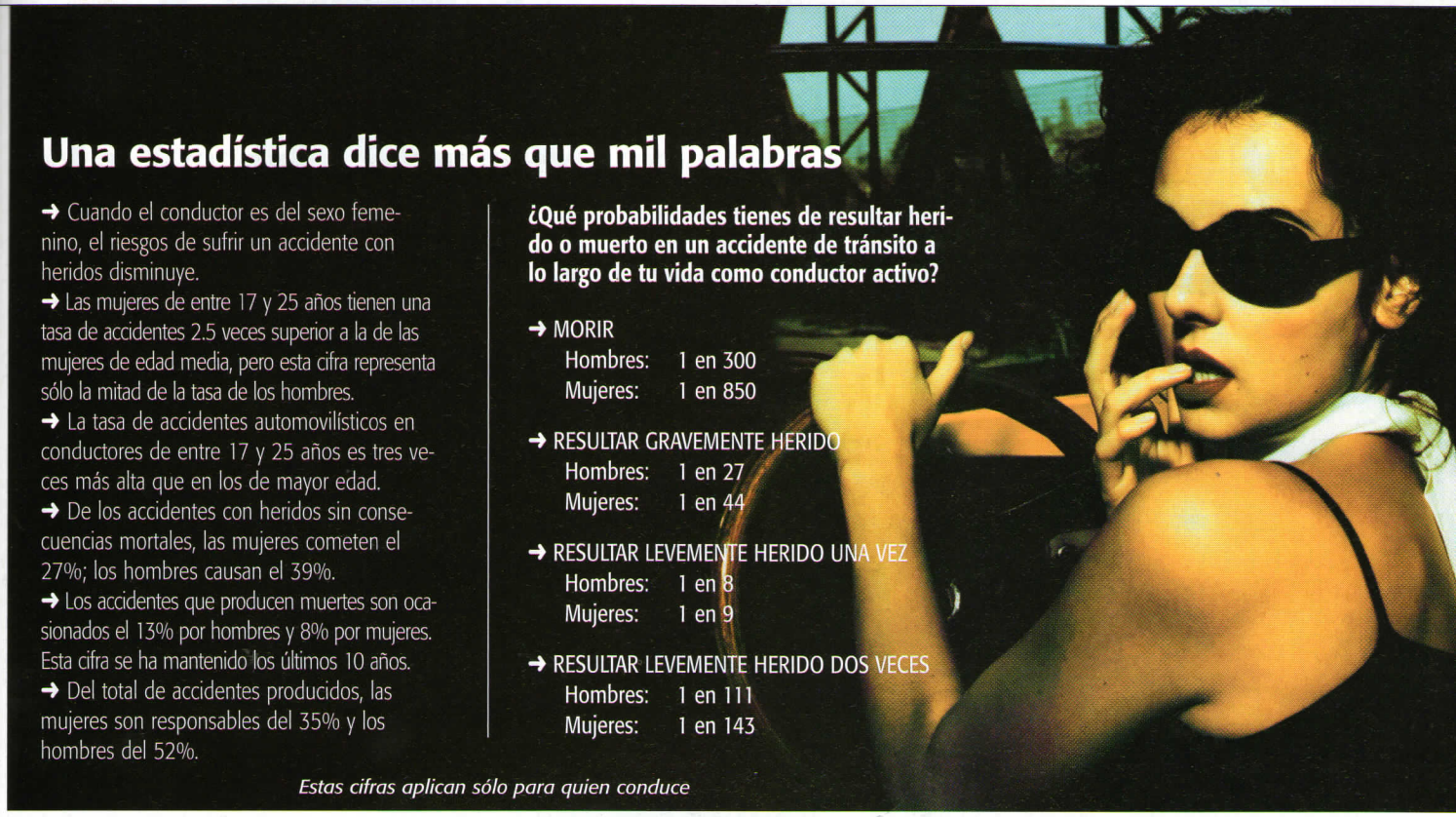
**En estos tiempos en que el número de automóviles se ha incrementado sin misericordia, no sólo se han reducido los espacios, sino que las filas de conductores del sexo femenino se han engrosado al punto en que "ya no se siente lo duro, si no lo tupido", y es entonces que escuchamos emerger de entre las más profundas y oscuras cavernas del congestionamiento vehicular ese grito masculino y viril de queja y dolor: "¡Tenías que ser vieja!"**

Foto: **Latin Stock**

Que las mujeres tienen ya su tan "peleada" igualdad de derechos y obligaciones (la única, por cierto entre ellas y nosotros), nadie lo discute, bueno, casi nadie. Pero pretender que 500,000 años de evolución del ser humano no han contribuido a crear en cada sexo especializaciones y desarrollo de capacidades distintas, es un pensamiento algo cándido.

Helen Fisher, reconocida antropóloga de la Universidad de Rutgers, N.J., plantea que el hombre hubo de eliminar de su campo de visión todo aquello que interfiriera con su objetivo principal: seguir a la presa. Desarrolló habilidades para calcular las distancias de tiro, encontrar en el proceso trayectorias de interceptación de la presa, control de imprevistos y dominio del animal (¿no te suena como a un minuto en tu auto sobre el Periférico?). Las mujeres, por su parte, desarrollaron gran capacidad de visón periférica, ya que así podían tener el control de su entorno: vigilar a las criaturas, el fuego, la comida y la entrada de la cueva (esto suena a mujer conduciendo en el Periférico mientras se maquilla y marca desde el celular, y echa un ojo por el retrovisor para rebasar).

hextremofull.blogspot



## Una estadística dice más que mil palabras

➜ Cuando el conductor es del sexo femenino, el riesgos de sufrir un accidente con heridos disminuye.
➜ Las mujeres de entre 17 y 25 años tienen una tasa de accidentes 2.5 veces superior a la de las mujeres de edad media, pero esta cifra representa sólo la mitad de la tasa de los hombres.
➜ La tasa de accidentes automovilísticos en conductores de entre 17 y 25 años es tres veces más alta que en los de mayor edad.
➜ De los accidentes con heridos sin consecuencias mortales, las mujeres cometen el 27%; los hombres causan el 39%.
➜ Los accidentes que producen muertes son ocasionados el 13% por hombres y 8% por mujeres. Esta cifra se ha mantenido los últimos 10 años.
➜ Del total de accidentes producidos, las mujeres son responsables del 35% y los hombres del 52%.

**¿Qué probabilidades tienes de resultar herido o muerto en un accidente de tránsito a lo largo de tu vida como conductor activo?**

➜ MORIR
Hombres: 1 en 300
Mujeres: 1 en 850

➜ RESULTAR GRAVEMENTE HERIDO
Hombres: 1 en 27
Mujeres: 1 en 44

➜ RESULTAR LEVEMENTE HERIDO UNA VEZ
Hombres: 1 en 8
Mujeres: 1 en 9

➜ RESULTAR LEVEMENTE HERIDO DOS VECES
Hombres: 1 en 111
Mujeres: 1 en 143

*Estas cifras aplican sólo para quien conduce*

Expertos antropólogos y sociólogos coinciden en que una evidente adaptación de esta circunstancia genética es la conducción de vehículos; por su herencia genética el hombre posee aptitudes propias para la conducción rápida y diestra, ya que durante milenios siguió e interceptó objetos en movimiento. Aunque genéticamente las mujeres poseen una predisposición menor para desempeñar esta tarea, no se niega que posean la capacidad para llevarla a cabo y de hacerlo acertivamente.

Y para muestra un botón: el primer viaje de 100 km. en automóvil fue realizado por una mujer. En 1888 Berta Benz, de 39 años y esposa de Karl Benz ("padre del automóvil"), viajó desde Mannheim a Pforzheim en un auto con motor. En aquel tiempo la maniobra debió parecer "Misión imposible" considerando que a lo largo del recorrido no hay talleres de reparación ni refacciones, pero sí un agravante: la falta de experiencia del piloto.

Saber que Berta tuvo que "habilitar" cuero de zapatero para reparar los frenos, conducir en medio de la noche sin luces y empujar el auto en el ascenso a Bauschlott, la convierte en un ejemplar apetecible en nuestros tiempos, ¿no crees?

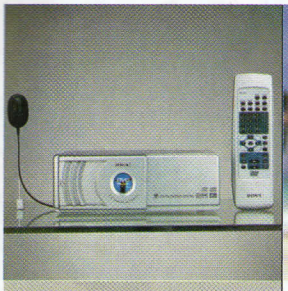
El auto que condujo fue un triciclo con motor de un cilindro, cuya potencia de 0.88 caballos de vapor le permitía alcanzar en terreno llano la velocidad de 16 km. por hora. Claro que a esa velocidad no podríamos confirmar su pericia como conductora, pero definitivamente sí su intrepidez.

Lo que queda claro es que la herencia genética no es determinante en el asunto de la conducción de vehículos. Es innegable el hecho de que existen hombres que manejan tan mal como las mujeres (que nadie se altere, es broma). De hecho son numerosos factores individuales de condición psicológica, capacidad, instinto y reflejos los que influyen para determinar el que una persona conduzca bien o no. Ahora bien, la probabilidad de sufrir un accidente o cometer un error al conducir se incrementa si el conductor al la vez que dirige el auto, se maquilla, se peina, se depila y/o habla por teléfono, actividades que, por lo general, practican sólo las mujeres (aunque en estos tiempos ya no se sabe) razón por la que se les considera de alto riesgo sobre el asfalto. H

**Según estudios realizados en Inglaterra, cerca de la mitad de los conductores hombres y, aproximadamente, un tercio de las mujeres se verán envueltos en al menos un accidente de tránsito con heridos a lo largo de su vida, aunque ellos mismos no resulten lesionados.**

hextremofull.blogspot

# De estreno



## Sistemas de entretenimiento para tu auto.

Sony Electrónicos de México lanza al mercado seis nuevos modelos de sistemas de entretenimiento de su línea Xplod para auto, el XAV-7W, XVM-R75, XVM-H6, XTL-W70, DVX-100 y el XA-300. Estos nuevos equipos permiten al usuario disfrutar de películas, juegos y programas de TV con imágenes de alta resolución y excelente calidad de audio. El nuevo modelo XVM-R75 es una pantalla tipo monitor de video motorizada de 7 pulgadas con base, está diseñada para ser montada en el toldo de los coches, principalmente en las camionetas. Su pantalla es de alta resolución de matriz activa en formato 16:9 para mejor reproducción de DVD, el monitor se retrae automáticamente al apagar el auto. Incluye un control remoto inalámbrico y tiene un precio aproximado de $ 10,399 pesos.

## Cuatro radiograbadoras de Sony

Estos modelos de radiograbadoras portátiles, lo más nuevo que Sony pone a tu alcance, cuentan con un diseño sofisticado y la más alta calidad en tecnología. Dos de ellos forman parte de la serie G: "CDF-G55" y "CDF-G35". Son compatibles con CDs grabables e incluyen control remoto; además tienen un sintonizador digital AM/FM y cuatro modos de ecualización. Los otros dos modelos pertenecen a la serie S: "CDF-S200", que tiene una potencia de 90W PMPO, MEGA BASS para profundidad de sonidos bajos y sintonizador digital AM/FM, disponible en color plata y azul. Dentro de esta serie también está "CDF-S20CP", la cual tiene cuatro modos de ecualización, además de sintonizador digital AM/FM; su precio aproximado es de $1,734, $1,499, $1,199 y $2,400, respectivamente.

## Dos nuevos audífonos

Estos audífonos de Sony presentan innovación no sólo en cuestión de tecnología, sino también en diseño, el primero es el MDR-G73, el cual, con su estilo tipo espiral, cuenta con un sistema de banda ajustable y flexible, además es ligero, compacto, estable y, gracias a que incluye un ducto turbo acústico y magneto de neodimio, permite que transmitan el audio a niveles bajos y profundos, lo que genera una alta calidad en sonido. Por su parte, el MDR-G52 ofrece "Street Style", un estilo totalmente urbano, el cual permite que se identifique con los consumidores gracias a una banda que se sujeta detrás del cuello. Ambos tienen un diafragma de 30 mm., lo que brinda un sonido de alta calidad. Sony siempre ha destacado por presentar productos con la más alta tecnología que se acoplan a cualquier estilo de vida.

## Las ventaja de tener AOL en casa

America Online es una empresa que se formó para lanzar y operar servicios de Internet en nuestro país. Para tener en casa AOL, se ha facilitado el proceso de registro, sólo basta llamar a un número telefónico, dejar algunos datos y asunto arreglado, el pago se lleva a cabo con tarjeta de crédito, de débito o pago en efectivo. Y no sólo podrás tener tu Internet activo, sino que AOL te ofrece interesantes cosas como sus claves con herramientas, lo cual facilita la búsqueda de sitios, pues, te lleva directamente a ver cierto tema, de hecho hace poco se presentó en exclusiva el nuevo single de Aerosmith: "Lay It Down", en el que todos los usuarios pudieron escuchar, antes que nadie, dicho tema. Todo esto y más, podrás tener en tu computadora por el simple hecho de formar parte de AOL.

## Lanzamiento del satélite Galaxy IIIC

DIRECTV LA anunció el lanzamiento del satélite Galaxy IIIC, el cual servirá como complemento a la plataforma de transmisión del servicio de DIRECTV en América Latina y el Caribe. El satélite de PanAmSat, construido por Boeing Satellite Systems, fue lanzado el sábado 15 de junio a las 6:39 de la tarde desde la plataforma marítima Sea Launch Odyssey. La nave es un modelo 702 que contiene un total de 76 transpondedores en bandas Ku y C, y de éstos un total de 28 transpondedores en banda-Ku, los cuales son dedicados, exclusivamente, al servicio que ofrece DIRECTV en América Latina. Con la tecnología más avanzada, seguirá ofreciendo un servicio con la misma calidad y con los más altos niveles de excelencia que los suscriptores esperan. El satélite entrará en función para el otoño de 2002.

hextremofull.blogspot

Todo lo que gira en el mundo de la tecnología siempre va a evolucionar por obvias razones que tienen que ver con la vida, la cual también va cambiando sin estancarse, por lo que ahora te presentamos esta nueva generación de productos que siempre te van a acompañar como la telefonía celular, la fotografía, el Internet, la TV y mucho más.

## HP lo más fácil de la fotografía

Hasta el día de hoy no han dejado de innovar y, actualmente, están presentando la tecnología HP y su nueva estrategia en el mercado de impresión e imagen digital, con "hp instant share" podremos hacer una selección de imagen dando una orden, ya sea para enviarla por correo electrónico, para imprimirla o para almacenarla en la computadora. Lograr una impresión con calidad profesional de forma rápida y fácil es posible gracias a "direct printing", "direct connect", "photoREt IV", "direct printing" y "direct connect", lo cual permite que la cámara digital HP imprima directamente en cualquiera de las impresoras HP photosmart. Por su parte, "hp photo & imaging software" permite editar y manipular imágenes digitales sin importar que hayan sido capturadas a través de una cámara digital o del escáner. HP se ha preocupado por hacer sencillo el uso de sus productos pensado en los consumidores.

## "Samsung Platinum"

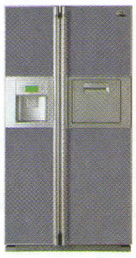
Samsung Electronics México y Pegaso PCS dieron a conocer el nuevo teléfono celular "Platinum" de sólo 95 gramos de peso, el cual cuenta con doble pantalla (la primera es externa en color azul y la otra interna); su elegante diseño muestra la pantalla interna con definición de 128 por 128 pixeles, 4 niveles de grises y 10 líneas. Sus funciones son: 26 tipos de timbrado con la tecnología polysound que permite crear sonidos más reales, además del marcado de activado de voz con memoria para 20 registros, grabadora para recibir y registrar mensajes, además de la opción de lenguaje (inglés o español), calculadora, horario mundial, acceso a Internet inalámbrico y dos adictivos juegos de entretenimiento. Como vez, con todas estas funciones es definitivamente uno de los teléfonos celulares más completos del mercado.

## Cargador de SONY

Este nuevo cargador para baterías níquel cadmio y baterías níquel metal AA y AAA, lleva por nombre BCG 34HNB y es ideal para equipos digitales y portátiles. Con este recargador las pilas duran hasta tres veces más que las pilas alcalinas. Asimismo, cuenta con una frecuencia de entrada de 50/60 Hz y su consumo energético es de 10w, incluye un sistema de detención de nivel de carga de la pila, además de un control automático de seguridad incorporado para cortar la carga, así como un control térmico de seguridad. Su diseño es elegante, original y este cargador no corre ningún riesgo, pues si por alguna razón olvidas desconectarlo, el aparato cuenta con un cronómetro que en un tiempo determinado se desactiva. Su precio aproximado en tiendas es de $430 y en los clubes de precio $300.

## EXILIM la pequeña cámara digital

Casio presenta la cámara digital más pequeña y ligera del mundo: EXILIM. Su concepto es "wearable card camera", con lo que se pretende sea un accesorio de vestir, por lo que se desechó la posibilidad de que utilice una funda, pues la cámara es tan pequeña que se puede llevar en el bolsillo de la camisa (sus medidas son 8.8 cm. de ancho, 5.5 cm. de alto y 1.33 cm. de grosor). Disponible en dos modelos: la EXILIM S-1 puede almacenar en su memoria hasta 120 foto dando una mejor calidad en fotografías en movimiento gracias a la tecnología de Alta Sensibilidad CCD, su precio aproximado es de $3,999; por su parte la EXILIM-M1 cuenta con Audio, con el que podrás grabar hasta 50 minutos en formato WAV usando la memoria interna, también reproduce archivos en MP3m, cuenta con audífonos y video para grabar; su precio aproximado es de $4,999.



## Atlantic Blue de LG Electronics

"Atlantic Blue" es el refrigerador Duplex más nuevo de LG Electronics, el cual cuenta con un panel exterior de cristal líquido LCD que permite, además de controlar la temperatura de la habitación en la que se encuentra, controlar y mantener la temperatura del refrigerador y congelar. Cuenta con un sistema de enfriamiento, el cual distribuye el aire frío de manera uniforme manteniendo la temperatura ideal de los alimentos para conservarlos frescos todo el tiempo. Cuenta, asimismo, con compresor eléctrico BLDC, lo cual ayuda al ahorro de energía del hogar. Sus funciones son básicas y muy sencillas de utilizar. Su diseño es novedoso, pues sus puertas son de cristal templado y sus manijas de acero inoxidable. Este refrigerador ya está a la venta en todas las tiendas departamentales.

hextremofull.blogspot

# Autopistas del aire

Texto y foto: Mauricio Ramos

Agradecemos a ASUR las facilidades prestadas.

hextremofull.blogspot

**¿Cómo es que llega un avión a su destino? Quizá por vivir en un mundo automatizado en donde todo parece estar bajo control no le damos importancia a lo que sucede en el aire: compramos el boleto, el avión despega y aterriza, pero entre el proceso de abordar y desembarcar existe un complejo procesos de datos, números, logística y precisión.**

La operación aérea mundial es mayor a los 25,000 vuelos diarios; se dice fácil, pero cuando se trata de miles de aviones volando en rutas similares, el asunto toma matices complejos. El control del tráfico aéreo requiere de un sistema mucho más avanzado del que usamos en tierra. Aquí, cuando la luz se pone en verde avanzamos y cuando está en rojo -en teoría- nos detenemos, algo que resultaría imposible en el aire, entonces, ¿cómo es que se controla el tráfico aéreo a nivel mundial?

## Despegar, aterrizar y rodar

La respuesta la encontré mientras volaba, estaba parado afuera del baño frente a la galera y observé que había un mapa con todos los datos del vuelo en que viajaba. El vuelo iba de Chicago a Milán y, aunque geográficamente no resulta muy complicado trazar una línea recta entre ambas ciudades, en ese mapa la línea que marcaba la ruta salía de América por el noreste de Canadá y entraba a Europa sobre el Reino Unido y no, precisamente, para sumar un mayor kilometraje en la tarjeta de viajero frecuente. En el vuelo de regreso la ruta era totalmente diferente, pues se salía de Europa por la costa norte de África y se entraba a Chicago por la Florida, la divergencia era tal que decidí esperar el cambio de piloto -maniobra de rutina en todos los vuelos transatlánticos- para aclarar mi duda. Me tocó la fortuna de conocer al Capitán D. L. Ingham, quien me explicó...

## Rutas aéreas y cómo funcionan

Lo primero es trazar las rutas comerciales que corresponden a la geografía de la Tierra, de lo cual se encargan los centros oceánicos (dispuestos estratégicamente alrededor del mundo). Estas rutas son vías invisibles que permiten a los pilotos navegar bajo las mejores condiciones de vuelo, así como para optimizar el rendimiento del combustible.
El Capitán D.L. Ingham describió la operación de una de las rutas más importantes del mundo: la del Atlántico Norte (conecta a los Estados Unidos con Europa), en la que, en promedio, se realizan 600 vuelos diarios. Esto no quiere decir que 600 operaciones son el límite permitido, pues en realidad cada 10 minutos se podrían realizar 100 vuelos simultáneos en la misma dirección entre ambos continentes.

Este "Canal del Atlántico Norte" (North Atlantic Tracks) es diseñado diariamente por los centros oceánicos de Nueva York, Gander en Canadá, Shanwick en Gran Bretaña, Santa María en España y el centro oceánico de Islandia y, como el resto de ellos, es rediseñado en lapsos de 12 horas debido a las cambiantes condiciones climatológicas. Los factores que determinan la ubicación de las vías aéreas dependen de la dirección e intensidad del viento, así como de la circunferencia de la Tierra, aunque existen otras variantes que pueden influir, por ejemplo, una tormenta eléctrica.

JET STREAM 32, Tapachula, Chis./ASUR

## Números en el aire

AMERICAN AIRLINES
(Mayo del 2002)

| | |
|---|---|
| Destinos | 172 |
| Flota | 833 |
| Salidas diarias | 2,800 |
| Pasajeros abordados durante 2001 | 80.7 millones |
| Ocupación real durante 2001 | 69.2% |
| Ventas del 2001 | 15.8 billones de dólares |
| Número de empleados | 122,000 |
| Vida promedio por aeronave | 10.8 años |

AMERICAN EAGLE
(Mayo del 2002)

| | |
|---|---|
| Destinos | 132 |
| Flota | 293 |
| Salidas diarias | 1,400 |
| Vuelos privados | 500 |
| Pasajeros abordados durante 2001 | 13.9 millones |
| Ocupación real durante 2001 | 57.6% |
| Ventas del 2001 | 1.4 billones de dólares |
| Número de empleados | 12,000 |
| Vida promedio por aeronave | 6.5 años |

Un solo canal se divide en 10 carriles laterales -A, B, C, D, E, F, G, H, I, J- separados entre sí por un grado de latitud, el cual es equivalente a 60 millas (96 kilómetros). A su vez, cada carril tiene 10 niveles o altitudes con una diferencia mínima, entre uno y otro, de 2,000 pies (600 metros). Esto quiere decir que un canal aéreo mide 600 millas de ancho y que matemáticamente 100 aviones podrían viajar paralelamente en éste. Haciendo sumas, los resultados son increíbles de imaginar. En una hora -al límite operacional- 600 aviones podrían cruzar el océano, aunque la demanda no exista, lo que permitiría que en un periodo de 24 horas 14,400 operaciones podrían ser efectuadas en esta ruta.

La altitud y el carril correspondiente son asignados por el centro oceánico más cercano a la región del despegue. El orden se da según llegan los aviones a las longitudes divisorias que conforman el canal. Generalmente la prioridad es según el tipo de aeronave, la ruta en millas e, incluso, por la experiencia del piloto. La asignación de la posición determina el carril, altitud y velocidad de crucero de cada aeronave. Por ejemplo, en los carriles del Atlántico, la altitud óptima de crucero es de 42,000 pies, mientras que en vuelos domésticos, incluyendo a México, es de 33,000.

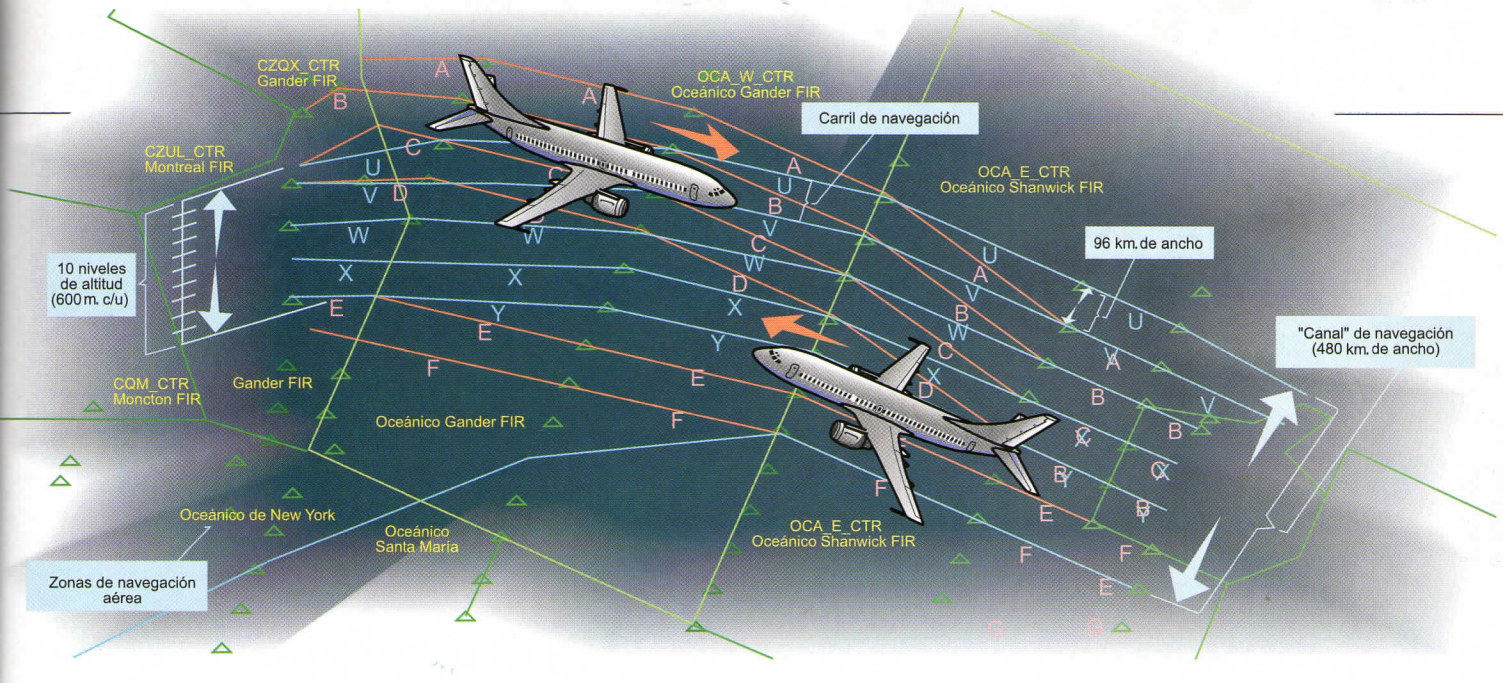
**En un vuelo doméstico de 5 horas, un jet Folker consume 10,000 dólares de combustible.**

Una vez con posición de vuelo sobre la base de las coordenadas universales de latitud y longitud -50N/10W entrada-, los aviones deben reportarse cada 10 minutos al centro oceánico de la zona sobrevolada para controlar la distancia entre un avión y otro, la cual debe ser de un mínimo de 20 millas.

Cada nave recibe órdenes específicas con relación a todo el canal, manteniendo un control del flujo total de éste. Es posible que una aeronave reciba modificaciones sobre el plan de vuelo, es decir, un cambio de carril, de altitud o de velocidad, esto para evitar que un avión se aproxime a otro, especialmente cuando se vuela a 800 kilómetos por hora. Actualmente, toda esta información está disponible en las páginas web de cada centro oceánico.

Toda esta operación comienza en tierra, mucho antes de que el avión salga a pista. Según las cifras de la corporación AMR, a la cual pertenece American Airlines (una de las tres líneas aéreas más grandes del mundo), para cuando un pasajero aborda el avión cientos de horas de trabajo se han realizado sólo para lograr con éxito esta operación de rutina.

Boeing 757, Aeropuerto Internacional Lic. Crecencio Rejón, Mérida, Yucatán/ASUR




**Según la revista "The top 10 of everything" de Russel Ash, los cuatro primeros lugares de aviación a nivel mundial son ocupados por líneas aéreas estadounidenses: American, United, Delta y Continental. En cuanto a aeropuertos, el de mayor movimiento es el Chicago O´Hare con un promedio de 65 millones de pasajeros abordados al año.**

## Mantenimiento de un avión

En cuanto al servicio, por cada hora volada un avión recibe once horas de mantenimiento, las cuales se dividen entre los diferentes técnicos. El tiempo que pasa éste dentro de un hangar es determinado por sus ciclos -aterrizajes y despegues- como parte del servicio periódico (PS) a que se somete cada aeronave.

Este servicio consiste en un chequeo visual que incluye muestras de aceite y monitoreo de motores antes de cada despegue, así como un chequeo semanal de tipo A, a partir de 12 horas de vuelo, y uno de tipo B, a partir de 60 horas. Cuando el avión cumple con 500 horas de vuelo se realiza un chequeo tipo C, el cual se lleva a cabo en los centros especializados de Tulsa, Oklahoma, en un periodo de 3 a 5 semanas. Cuando se trata de equipos grandes -777, Airbus 300, DC10-, el chequeo tipo C puede durar hasta 18 meses requiriendo 10,000 horas de trabajo.

## Todo bajo control

Cada una de las líneas aéreas de primer nivel cuenta con su propio sistema de cómputo: SABRE, el de American Airlines, ha sido diseñado específicamente para solucionar todas las necesidades de su operación.

Esta red de cómputo permite tener acceso a itinerarios y tarifas de más de 500 líneas aéreas y hacer reservaciones en 350 de éstas, así como en 194 cadenas hoteleras, 54 arrendadoras de autos y algunas compañías de trenes.

Es claro que la operación de vuelos va más alla de la linda sonrisa de la chica del mostrador de documentación, y que el llegar sanos y salvos a cada destino se lo debemos a un complejo sistema tecnólogico y humano que deben estar siempre en perfectas condiciones y alertas en su posición. H

**Según la GAM (Guía Aérea de México), en la actualidad existen alrededor de 680 líneas aéreas operando vuelos comerciales dentro del espacio aéreo que cubre nuestro planeta, de lo que se calcula una operación diaria mayor a los 25,000 vuelos.**

## Palabras mayores

En un día normal de trabajo en el aeropuerto de Dallas/Forth Worth -DFW- se manejan arriba de 300,000 maletas, se transportan 200 animales y se cambian 70 llantas de avión, lo que aclara la cantidad de horas /hombre que son invisibles a los pasajeros. Su departamento de reservaciones atiende un promedio diario de 400,000 llamadas telefónicas.

Boeing 737, Aeropuerto Internacional de Cancún, Q.R./ASUR

hextremofull.blogspot

nextremofull.bloogspot

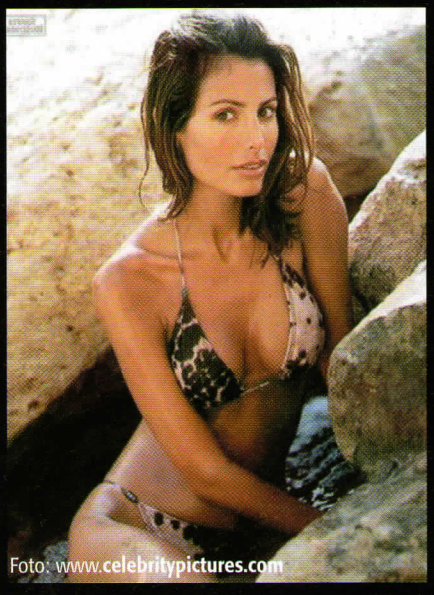


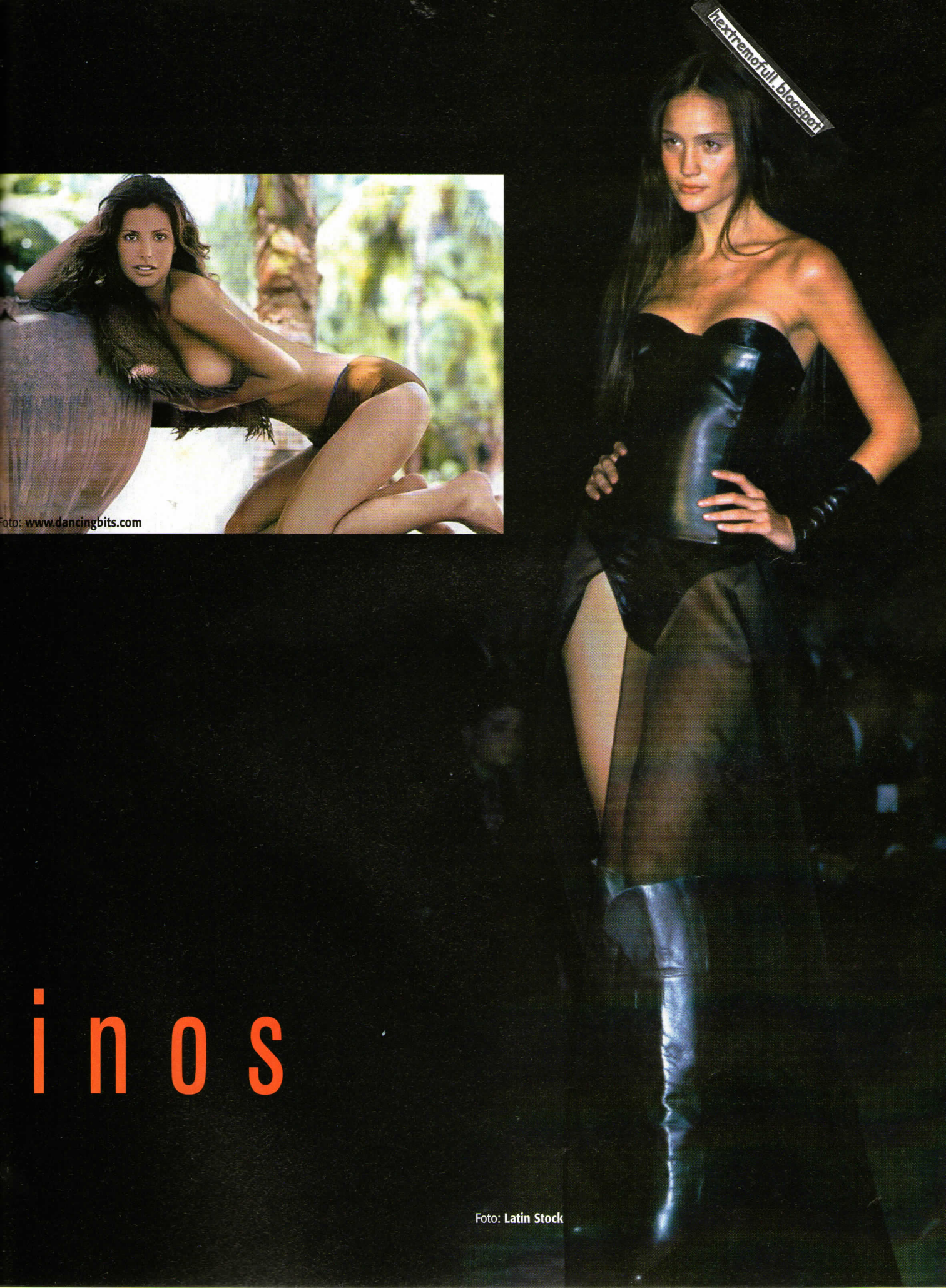
Foto: www.celebritypictures.com

Foto: Latin Stock

# ¡BOOM!

## Bombones La

Foto: **www.dancingbits.com**




# inos

Foto: **Latin Stock**

## Bombones latinos

Foto: Latin Stock

Por Celeste Rodas

La conquista de la belleza hispana no perdona. No es casualidad que Tom Cruise dejara a la despampanante Nicole Kidman por los encantos de la española Penélope Cruz. ¿Y qué decir de la boda del príncipe Guillermo de Holanda con la argentina Máxima Zorriegueta? ¡La belleza hispana se ha impuesto hasta en la realeza!

Con razón las principales revistas del mundo incluyen con más frecuencia a bellezas de piel canela en sus portadas. Y, aunque estamos seguros de que ya las conoces, aquí te recordamos algunos de sus rostros y nombres para que no les pierdas ni pie ni pisada.

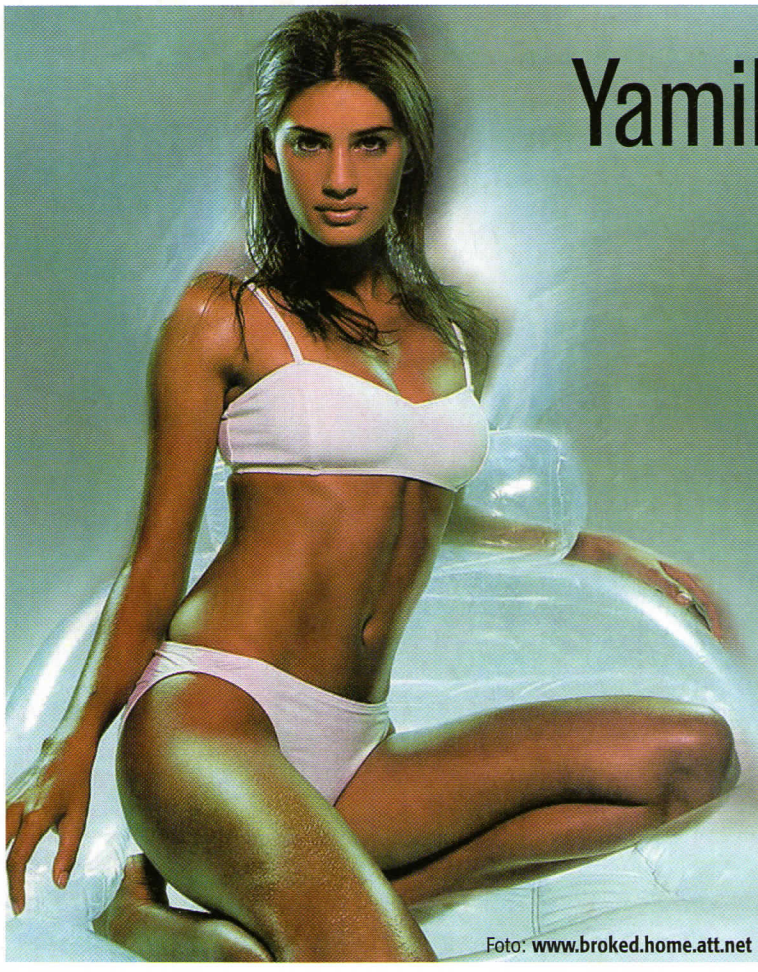


Foto: www.broked.home.att.net

# Yamila Díaz Rahi
## en todas partes

Seguro la recuerdas por sus sugerentes fotos en los últimos calendarios de Sports Illustrated. A sus 24 años es una de las principales figuras en el mundo de la moda y alta costura, y con frecuencia es invitada a las pasarelas de Milán, París, Cibeles, Londres y Nueva York.

¡Ni qué decir de los catálogos de ropa, cosméticos y perfumes! Allí, Yamila se ha convertido en un nombre esencial como parte de alianzas entre marcas comerciales de renombre, tales como Victoria Secret, Ungaro, Cover Girl, Replay y Bio Etyc.

- Año de nacimiento: 1978
- Lugar de nacimiento: Buenos Aires, Argentina
- Altura: 5' 7" (1.70 m.)
- Medidas: 90-60-90 cm.
- Estado civil: Casada

- Nombre completo: Sofía Margarita Vergara Vergara
- Nacimiento: Barranquilla, Colombia
- Fecha de nacimiento: 10 de julio de 1972
- Estatura: 5' 7" (1.70 m.)
- Peso: 124 libras (56.3 kg.)
- Tallas: 3-4
- Estado civil: Divorciada; tiene un hijo (Manolo)
- Talla de brassiere: 34

Foto: **Latin Stock**

# Sofía siempre Sofía

¿Quién no ha soñado con los besos de Sofía Vergara? Con sus apetecibles atributos, gracia y simpatía; no sólo ha conquistado a figuras dentro del ambiente artístico (Luis Miguel, Jaime Camile, Christian Castro y Enrique Iglesias), sino las de prácticamente todo el mundo.

Quién iba a decir que esta chica, que inicialmente estudió para ser odontóloga, dejaría sus estudios gracias a una caminata por la playa en la que captó la atención de un fotógrafo, quien enseguida la propuso para un comercial de Pepsi, el cual casi causa el infarto a más de un televidente que quedó hipnotizado con su hermosa figura en la pantalla chica.

Ese éxito fue su pasaporte a Estados Unidos al programa de televisión con el que nos dejó "Fuera de Serie". ¿Lo recuerdas? Era una verdadera aventura y un total agasajo para todos los televidentes ver a esta audaz mujer viajando alrededor del mundo.

En la década de los noventa Sofía se convirtió en la dueña y señora de los calendarios, pues fue la primera presentadora de televisión hispana en hacer el suyo propio. Uno de los más impactantes fue aquél en el que unos cuantos granos de café, estratégicamente distribuidos por algunas partes de su anatomía, dejaban al descubierto el resto... Es decir, casi toda su piel.

Por sus atributos, no es sorpresa que su popularidad le abriera, en fechas recientes, sus primeras oportunidades en Hollywood, en donde, aunque sólo ha participado en una película (Big Trouble), no hay que perderle ni pie ni pisada.

hextremofull.blogspot

# Adriana Cataño:
## La reina de Internet

Y ya que hablamos de bellezas colombianas en Hollywood, no hay que olvidar que Adriana Cataño ya hizo sus primeros pininos en un pequeño papel en Wild Wild West (Will Smith). La modelo colombiana, famosa por sus comerciales de Bud Light, Colgate, Presidente, Revlon y Rooms to Go, ha incursionado también en el mundo de las telenovelas. ¿Recuerdas a la malvada Elisa en Secreto de Amor?

Como si esto no fuera suficiente, cada año las expectativas masculinas están puestas en las fotografías de los sexy calendarios de esta chica de cabellos negros y piel morena. Como la fama de sus curvas amenazando romper sus diminutos trajes de baño es tan grande, Univision.com le dedicó su propio mini portal convirtiéndola, así, en una de las reinas de Internet. ¡Y ni qué decir de su página! Ésta es una de las más visitadas por los usuarios de este servicio digital.

Foto: www.io.com

- Lugar de nacimiento: Miami, Florida
- Medidas: 37-26-36 cm.
- Altura: 5' 5" (1.65 m.)
- Peso: 118 libras
- Estado civil: Soltera (de su relación con el actor Jorge Salinas tiene una hija de 7 años: Gabriela)

# Elsa Benítez:
## de Sonora para el mundo

Entre las mexicanas mejor cotizadas en el mundo de las grandes luces y las pasarelas está Elsa Benítez. La sonorense de 25 años comenzó a modelar en Costa Rica, aunque últimamente ha sido portada de las más famosas revistas de Australia, Europa y Estados Unidos. Modela prácticamente de todo: desde gafas y lentes de contacto hasta ropa y exquisitas fragancias, sin perder su paso por el mundo de la alta costura, en donde con frecuencia luce los modelos de Anna Sui, Chanel, Chrstian Dior y Dolce & Gabanna, entre otros.

El año pasado fue la portada de Sports Illustrated y asegura que entre sus metas a corto plazo está la de cambiar el lente de las cámaras fotográficas por uno más grande, ¡el del cine! Y, como está muy orgullosa de sus raíces hispanas, ha prometido hacer cine no sólo en inglés... también en español.

# En todas las campañas de moda:
# Inés Rivero

Mientras el mundo de la moda (Victoria Secret, GAP, Ellen Tracy y K Crew) comparte su gusto por el rostro y elegancia de una argentina: Inés Rivero. Antes de ellos, las revistas Mademoiselle, Spanish Elle, German Elle, Marie Clair, Cosmopolitan y Glamour, ya habían descubierto su encanto y la habían colocado en sus portadas.

Irónicamente, la joven argentina de 25 años, nunca se consideró bonita: "Cuando yo era una niña no jugaba a ser reina de belleza, ni nada por el estilo. Yo quería ser médico, después me dio por soñar con que sería diplomática para recorrer el mundo, pero no pensaba jamás en esta carrera, de hecho, hasta caminaba encorvada."

Precisamente eso fue lo que le preocupó a su madre quien, para corregir el problema, la inscribió en una escuela de modelaje: "Ella quería que mejorara mi postura. En la escuela les llamó la atención mi altura y pronto comenzaron a darme trabajo. Al poco tiempo, cuando cumplí 15 años, hasta me dieron la oportunidad de viajar de Córdoba (en donde vivía) a Buenos Aires."

Felizmente para los hispanos, esta chica pudo imponer su belleza. Y cuando Cover Girl seleccionó un grupo de rostros para el mercado hispano, encontró en ella a una de sus mejores embajadoras.

Foto: **Latin Stock**

- Medidas: 83-62-93 cm.
- Altura: 5' 10" (1.78 m.)
- Tamaño del vestido: 8
- Tamaño del calzado: 9
- Nacimiento: 7 junio de 1975
- Lugar: Córdoba, Argentina
- Estado civil: Casada y tiene un hijo de 1 año

Foto: **www.dancingbits.com**

- Año de nacimiento: 1977
- Altura: 5' 10" (1.78 m.)
- Peso: 125 libras
- Medidas: 86-60-86 cm.
- Talla de calzado: 8 (U.S.)
- Lugar de nacimiento: Sonora, México

Yamila, Sofía, Adriana, Inés y Elsa son sólo cinco de nuestras bellezas que destellan en el mundo de la publicidad y la moda... pero hay muchas más. La próxima vez que veas un cartel publicitario, en cualquier parte del mundo, abre bien los ojos. Hay muchas probabilidades de que sea otra de las nuestras. La belleza latina está causando impacto y todo parece indicar que no es un fenómeno de temporada. Después de todo, las nuestras tienen una belleza a largo plazo. H

# imágenes fuera de serie

Por Lorena Tinoco

LA AUDACIA ES INDISPENSABLE PARA REALIZAR ESTA TAREA: CAPTURAR SUS MÁS BELLAS IMÁGENES, ASÍ COMO SUS MEJORES ÁNGULOS. LA IDEA ES GUARDAR SÓLO PARA TI ESTAS ESCENAS SEDUCTORAS.

Fotógrafo **Enrique Covarrubias**
Coordinación de Moda **Lorena Tinoco**
Asistente de Coordinación **Eduardo Pérezrivera**
Maquillaje **Adam Mascigrande**
Producción **Ivette Romero**

Ropa: VERSACE, ubicado en Presidente Masaryk #422-B, Col. Polanco, México, D.F.

hextremofull.blogspot

hextremofull.blogspot

hextremofull.blogspot

hextremofull.blogspot

Agradecemos las facilidades prestadas al Hotel Habita, ubicado en Presidente Mazaryk, Tel: 52 82 31 01 www.habita.com.mx

nextremorfull.bloogspot

hextremorfull, bloosport

nextremofull.bloogspot

# Hablaconella

Por Gustavo Rodas R.

¿Cansado de que te reproche por no hablar? ¡No estás solo! Cada vez más mujeres se quejan de los problemas de comunicación con su pareja. ¡Aquí te decimos cómo mejorar tu relación!

Ya lo plantea Almodóvar en su nuevo filme Hable con Ella... ¡los hombres no nos estamos comunicando con nuestras parejas! Algunos, incluso (como Marcos, el protagonista de esta película), ni bajo "articulo mortis" logran sacar lo que llevan dentro. Parece una paradoja, tomando en cuenta que somos los hombres, precisamente, los genios detrás de la revolución en el mundo de las comunicaciones: eruditos en Internet, en telefonía digital, en satélites y... mudos frente a nuestras parejas.

**¿Por qué no hablamos?**

Algunos dicen que es cuestión genética, o bien, hormonal, otros apuntan que es hasta un problema psicológico. Yo opino, en honor a la verdad, que el problema está en la cuna. Cuando comenzábamos a llorar y nos decían "los hombres no lloran", se nos estaba acondicionando para reprimir nuestras más primitivas emociones. Así las cosas, ¿para qué contar entonces que nos habíamos caído jugando a Tarzán si debíamos reprimir el llanto?

Me parece que hay muchas razones para que los hombres seamos más reservados que las mujeres, pero cito tres que, en mi opinión, explican bastante bien el problema:

**1) No somos tan observadores como las mujeres.**

**2) Tampoco somos tan sentimentales.**

**3) Y, ¡claro!, no tenemos esa "curiosidad innata" que a ellas tanto las caracteriza.**

Como las mujeres prestan atención al detalle, a los gestos y a casi todas las minucias que las rodean, sus conversaciones incluyen descripciones pictóricas de las situaciones, perfiles psicológicos de los personajes con los que se encuentran, así como generosas opiniones del gusto que tienen éstos para el mundo de la moda, del estilo... ¡en fin!

Sobre ser menos sentimentales, cabe decir que los hombres, por lo general, vemos el lado práctico del asunto. ¿Discutir toda una noche porque no nos dimos cuenta de que ella se cortó el pelo? ¿No es más práctico descansar primero y decirle que se ve preciosa al día siguiente, cuando estemos más relajados?

Según el especialista chileno en relaciones de pareja, Roberto Rosenzvaig, las principales diferencias del hombre y la mujer a la hora de comunicarse radican en los siguientes aspectos. ¿Por qué no les das un vistazo y tratas de imitar, por lo menos en parte, algunos de los métodos que ellas usan para comunicarse?

➜ Las mujeres parecen considerar las preguntas como un medio para mantener una conversación, en tanto que los hombres las consideran como peticiones de información.
➜ Las mujeres tienden a conectar puentes entre lo que su interlocutor acaba de decir y lo que ellas tienen que decir.
➜ Los hombres, por lo común, no siguen esta regla y, a menudo, parecen ignorar el comentario precedente de su interlocutor.
➜ Las mujeres interpretan la agresividad de su interlocutor como un ataque que rompe la relación. Los hombres, en cambio, toman la agresividad como un momento más de la conversación.
➜ Las mujeres están más dispuestas a compartir sentimientos y secretos. A los hombres les gusta hablar sobre temas menos íntimos y más contingentes.
➜ Las mujeres tienden a discutir sus problemas, compartir experiencias y brindar seguridad. Los hombres, por otro lado, tienden a oír a las mujeres (así como también a otros hombres), quienes discuten problemas con ellos como si les hicieran demandas explícitas de soluciones en vez de buscar a un oyente solidario.

**Fotos: Latin stock**

Y aquí entra, precisamente, una gran verdad: la mujer pregunta más que el hombre y piensa más en esas preguntas también. Según la Dra. Sondra Thiederman, experta en estos temas, opina: "Mientras el hombre sólo pregunta cuando necesita un dato específico, la mujer pregunta no sólo para obtener esa información, se pregunta, además, cómo obtenerla e, incluso, pregunta cuando sabe la respuesta de lo que está preguntando porque le interesa cultivar una relación con su interlocutor."

Esto explica que ellas no entiendan por qué no les preguntamos qué tal les fue en el día o que se irriten cuando contestamos con un monosílabo si ellas nos hacen esa misma pregunta... ¡Y ni qué decir cuando se trata de una pelea!

"Cuando me enojo con mi novio él no quiere hablar del asunto y se va a su casa", se queja Patricia. "Me quedo furiosa, pero el colmo es que cuando nos volvemos a ver, él está como si nada. ¿Cómo puede esperar que ignore lo sucedido?"

El afamado psicólogo estadounidense John Gray llegó a esta conclusión: "Los hombres hablan de sus problemas por dos razones, buscar un consejo o encontrar el culpable del problema. Las mujeres, debido a su condición sentimental, tienen la capacidad de describir, compartir, hablar y ventilar con libertad sus sentimientos más profundos por el simple hecho de impulsar la confidencia y la verdadera amistad... o para encontrar la solución del problema."

## Pasos para aprender a comunicarse mejor

¿Has escuchado alguna vez que las mujeres son de Venus y los hombres de Marte? Eso explica por qué, ante nuestros ojos, algunas mujeres hacen galas de un potencial diferente de comunicación: ¿cómo se explica que cinco mujeres puedan conversar sobre cinco temas diferentes al mismo tiempo, sin perder la atención y cada detalle de los mismos a pesar de la complejidad?, ¿por qué nosotros no tenemos ese potencial?, pero, sobre todo, ¿cómo podemos desarrollarlo?

Ante nada es necesario aceptar que el afecto no es algo implícito; amar o apreciar a al-

guien implica hacerle saber de esos sentimientos de tal manera que te entienda. Y si ellas quieren que hablemos... ¡pues tenemos que comenzar a tratar de hacerlo!

Para dominar el mismo código de comunicación femenino (observación, preguntas y sensibilidad) trata de practicarlo.

**1 Hay que ser más observadores.** Si procuráramos prestar atención al corte de cabello y a la ropa que lleva puesta o nos prometiéramos a nosotros mismos que los primeros 15 segundos de cada encuentro con nuestra pareja serán para observar cómo luce y qué luce... ini les cuento la cantidad de dolores de cabeza que nos estaríamos evitando!

**2 ESCUCHAR lo que ella dice.** Las mujeres siempre están hablando de lo que les gusta y de lo que no les gusta... Si en vez de pensar en el próximo partido de futbol o en lo que haremos más tarde, sintonizamos nuestro sistema auditivo en lo que ellas nos están contando, entonces evitaremos llevarles rosas amarillas cuando sus flores favoritas son los tulipanes rosas. Se ha dicho que el mejor conversador es aquél que domina el arte de escuchar. Esto, por supuesto, nos facilita hacer preguntas. Las que nunca fallan: cómo, cuándo, dónde, qué y por qué.

**3 SENSIBILIDAD:** Una de las principales preguntas que debemos tener siempre a flor de labios es ¿por qué se sienten así? Cuando vamos descubriendo cómo (y por qué) se sienten como se sienten en cada situación, aprendemos a desarrollar empatía, es decir, nos pondremos en sus zapatos y comprenderemos que lo que más las irrita es el silencio. Aprenderemos a hablar.

**Además de hablar hay que discutir**
Una de las situaciones que más nos enmudecen son los pleitos. Aunque la primera reacción (o reflejo) en una discusión es el silencio, éste por lo general agrava la situación. Hay que aprender a ventilar aquello que nos disgusta.

Claro que no me refiero a que debemos darle rienda suelta a todo lo que nos pasa por la cabeza durante un momento de enojo, porque aunque la crítica es sana, hay que evitar, a toda costa, el ataque personal. Tampoco se trata de buscar culpables. Con decir: "cuando esto sucede me siento..." o una frase que sintetice el problema.

Tampoco hay que olvidar que el objetivo de una discusión es encontrar la solución. Estando en calma podemos reconocer nuestros errores y pedir (o aceptar) disculpas.

Siempre tengamos en mente que no estamos hablando con un enemigo, sino con nuestra pareja... Después de todo alguna cualidad tuvimos que haberles visto para estar con ellas... y para haber llegado hasta este punto del artículo. ¡A ponerlo en práctica entonces! H

hextremofull.blogspot

AQUÍ TE TRADUCIMOS ALGUNAS DE LAS FRASES MÁS COMUNES DE LAS MUJERES PARA QUE CUANDO LAS ESCUCHES LAS INTERPRETES EN EL CONTEXTO FEMENINO:

**"Ya no me quieres":** Necesito sentir tu amor porque me siento un poco triste.

**"Nadie me escucha":** Necesito que me tranquilices, pues eres el único que puede hacerlo.

**"No puedo más":** Podrías preparar la comida mientras yo descanso.

**"No me prestas atención":** Dedícame un poco de tiempo y abrázame.

hextremofull.blogspot

# LLÉGALE por el oído

Por Arturo Hernández
arturo_h@notmusa.com.mx

Que no quiere, que no tiene ganas, que le duele la cabeza. ¡No señor!, lo que pasa es que no has intentado la táctica 250269 del manual. Lo que tienes que hacer es llegarle por el oído, sí, tal como lo oyes, endúlzale la vida y hazla entrar en el ánimo más cachondo, romántico o erótico valiéndote de la música. Si no sabes por dónde empezar, aquí te presentamos lo que 100 mexicanas dijeron que les gustaría escuchar para entrar en ambiente al hacer el amor. ¡Música maestro!

Fotos: Latin stock

**1 María.** 33 años, Publicista.
Sade, Sade y más Sade. Toda su música está llena de sensualidad. Me imagino que su voz es la mía y me convierto en una serpiente que se desliza y goza con el roce de los cuerpos. Ahora que si me quiero poner muy dulce, romántica y sensible, podría poner todos mis sentidos a girar suave y sigilosamente con "Possesion" de Sarah McLachlan.

**2 Dora.** 22 años, Universitaria. "Free love" de Depeche Mode y "Crazy" de Aerosmith son las que estaría dispuesta a escuchar con quien me convenza.

**3 Rocío.** 30 años, Contadora. "The lady in red" - Chris DeBurgh, "Wicked game" - Chris Isaak

**4 Alejandra.** 26 años, Diseñadora. Quisiera llegar a mi casa y escuchar a todo volumen "Just the way you are" con Barry White. El día que él lo haga, voy a tardar sólo 30 segundos en quitarme todo lo que traiga encima.

**5 Johana.** 28 años, Actriz. "The crying game" con Boy George me pone en un estado de ánimo que me hace vulnerable y quiero sentirme protegida y si él está ahí y me da eso que necesito, lo más seguro es que me deje llevar hasta el límite.
También me gusta en esos momentos escuchar "Never tear us apart" de INXS y "Crazy for you" con Madonna.

**6 Claudia.** 35 años, Dentista. No hay nada más romántico que la música en español, si escucho a José José durante los jueguitos previos, entonces ¡que me pida lo que quiera!

**7 Rebeca.** 38 años, Diseñadora de modas.
"You're my everything" de Santa Esmeralda y "Love me tender" con el rey Elvis Presley serían para mí la introducción perfecta a una sesión de sexo amoroso.

**8 Paula.** 29 años, Recepcionista. Tengo sólo una y, de hecho, la escucho cada vez que entro en acción. "Baby I love your way" de Peter Frampton es como el botón de encendido, ¡sí!

**9 Camila.** 27 años. Ama de casa. ¡Luis mi rey!: "No sé tú", "No me platiques más" e "Inolvidable" son ¡¡¡LAS ROLAS PARA HACER EL AMOR!!!

**10 Samantha.** 31 años, Enfermera.
"Follow me" - Craig David
"Holding back the years" - Simply Red
"When a man loves a woman" - Percy Sledge
Hasta podría decir que Enrique Iglesias con alguna de sus más melosas interpretaciones. Depende de con quién esté, porque no todos los hombres inspiran lo mismo, así que según la personalidad es la rola.

**11 Fernanda.** 30 años, Diseñadora. "Sweet surrender" de Sarah McLachlan y sólo porque me recuerda al hombre más maravilloso del mundo, pero claro, eso no se lo digo al de turno, sólo la pongo y se acabó.

**12 Rafaela.** 28 años, Bióloga.
¡Imagínate por favor hacer el amor escuchando "Tiene que ser pecado" de Alejandro Sanz!

**13 Dórica.** 29 años, Periodista.
"Can't help falling in love with you" - UB40,
"I'm not alone" - 10cc
"You make me feel brand new" - The Stylistics
"Follow me" - Craig David

**14 Lourdes.** 37 años, Médico.
Las que me han dado mejores resultados son: "Samba Pa Ti" - Santana
"Killing me softly with his song" - Roberta Flack
"Lost in love" - Air Supply

**15 Ivonne.** 26 años, Ama de casa.
"When it's love" - Van Halen
"Bed of roses" - Bon Jovi
"What it takes" - Aerosmith
"All I want is you" - U2
"Close my eyes forever" - Lita Ford & Ozzy Osbourne
"Stand by me" - Ben E. King

**16 Carolina.** 31 años, Profesora de Anatomía.
Si quiero hacer el amor, lo que se dice HACER EL AMOR, entonces lo único que escucho es "Telephone Line" de Electric Light Orchestra, "No one can" de Marillion y "Take my breath away" de Berlinç.

**17 Cinthia.** 20 años, Estudiante. Tengo muchas opciones pues soy súper romántica y entonces puedo volar cuando estoy escuchando alguna de estas canciones si mi novio está cerca de mí:
"Baby can I hold you" - Tracy Chapman
"Still got the blues" - Gary Moore
"No ones is to blame" - Howard Jones
"High enough" - Damn Yankees
"I'll be there for you" - Bon Jovi
"Father figure" - George Michael

**18 Beatriz.** Enfermera, 33 años. Todo lo que quisiera es música suave sin letra; me choca que una canción me distraiga.

**20 Amanda.** 23 años, Cantante. Definitivamente coincido con Claudia, "Hazme amarte" de Neck es todo en esta vida para hacer el amor, es más, lo podría hacer hasta sola escuchando esta rola.

**21 Rosario.** 21 años, Secretaria. Para hacer el amor no hace falta más que amor. Sí podría escuchar algo de música de fondo, pero mientras sea algo suave me da lo mismo.

**22 Chocolate.** Sarah McLachlan. Sin palabras. Si no lo entiendes, ni cómo ayudarte.

**23 Giovanna.** 19 años, Estudiante.
"I belong to you" - Lenny Kravitz
"How come you don't call me" - Alicia Keys
"Unchained melody" - Righterous Brothers

**24 Deyanira.** 26 años, Bailarina. "Prèlude à l'Après" (Midi d'un Faune), elléas et Mélisande" - Ambas de Claude Debussy

**25 Johana.** 23 años, Florista.
"I'll be there for you" - Bon Jovi, "Father figure" - George Michael, "You can leave your hat on" - Joe Cocker, "Hang on to your love" - Sade

**26 Patricia.** 31 años, Arquitecto. A mí la canción de amor que más profundo me llega es "Amazed" de Lonestar.

**27 Olivia.** 25 años, Diseñadora.
Siempre he querido hacer el amor con la canción de batir la Mayonesa del grupo Chocolate.

**28 Martha.** 29 años, Pedagoga.
"Erotica" - Madonna, "I touch myself" de Divinyls, "Take my breath away" - Berlinç

**29 Ximena.** 31 años, Periodista.
"Me gusta vivir de noche" de los Tucanes de Tijuana porque me acuerdo de mi primer galán.

**30 María Fernanda.** 26 años, Modista. Hay una sola voz que me puede poner a 1,000 en la cama y es la de Enrique Iglesias, cualquiera de sus rolas es para mí todo un placer.

**31 Julia.** 23 años, Comerciante.
"Close my eyes forever" de Lita Ford & Ozzy Osbourne y "A woman's worth" de Alicia Keys.

**19 Claudia.** 27 años, Modelo. ¡¡¡Hazme amarte de Neck!!! No hay otra opción, sólo checa lo que dice la letra: "Hazme amarte y hazlo como tú sabes, usa todas tus malas artes... sin un límite, sin pudores... Sin temores, ahora no te pares... Hazme morir de deseo... Tenerte quiero así, tus caderas moviéndose en mí."
Puedo tener la mejor sesión de sexo de mi vida escuchando esta canción, puedo enloquecer... me fascina.

**32 América.** 29 años, Psicóloga. Como primera opción sería "I'll make love to you" de Boyz II Men y después "Have I told you lately" de Rod Stewart.

**33 Lizbeth.** 29 años, Dentista. Creo que algo en español como José José.

**34 Gloria.** 27 años, Ama de casa. "I want your sex" con George Michael porque, aunque sea gay, me fascina y escucharlo cantar me hace girar, y me pone lista para la acción.

**35 Mariana.** 21 años, Estudiante. "Father figure" - George Michael, "The flame" - Cheap trick "Crazy for you" - Madonna.

**36 Alma.** 26 años, Escultora. Algo de New Age, melodías acústicas o sonidos de la naturaleza, pero nada en especial.

**37 Laura.** 33 años, Médico general. "Eternal flame" de Bangles, "Is this love" - Whitesnake, "Addicted to love" - Robert Palmer, "I belong to you" de Lenny Kravitz, "The crying game" - Boy George

**38 Mariana.** 23 años, Odontóloga. "Is always a rainy day" - Queen

**39 Adela**. 30 años, Actriz. "Against All Odds", aunque es de Phill Collins, prefiero la dulce voz de Mariah Carey... es una de ésas que te llega al fondo.

**40 Lucía.** 34 años, Contadora. "You Sang To Me" de Marc Anthony. Es su sabor latino, su sentimiento, no lo sé, pero me vuelve loca.

**41 Carmen.** 28 años, Secretaria. "Veneno en la piel" - Radio Futura

**42 Nanny.** 27 años, Reportera. Me vuelve loca, loca, loca, loca... "Black" de Pearl Jam. Yo soy rockera de cuerpo y alma, a mí esos ritmitos de novela me duermen, pero una buena rola me quema la piel.

**43 Mariana.** 22 años, Estudiante de diseño. Kenny G... Toda su música, pero si de pedir se trata, lo prefiero a él.

**44 Alejandra.** 32 años, Ama de casa. "La ciudad de la furia / Canción animal" de Soda Stereo, "Hay sonidos que te excitan..."

**45 Roxana.** 26 años, Comerciante. "Lily was here" del álbum "Saxauality" - Candy Dulfer. Me encanta el Jazz, no sólo para el amor, pues lo puedo escuchar todo el tiempo, pero esta pieza despierta cosas dentro de mí que no puedo contener.

**46 Andrea.** 27 años, Diseñadora gráfica. Cocteu Twins. La música te une, te pierde, te hace volar. "Heaven or Las Vegas", no hay palabras que decir, como el amor, es cosa de sentir.

**47 Lidia.** 33 años, Maestra. Tratándose de hacer el amor ¡Hasta mariachis! Me acuerdo de la primera vez que lo hice en el baño de un restaurante mientras tocaban unos mariachis.

**48 María.** 33 años, Cosmetóloga. "Private Emotion" - Ricky Martin. No estoy segura si es él o su voz, pero cuando lo escucho, soy capaz de todo.

**49 Verónica.** 25 años, Ejecutiva. "More than words" - Extreme. No sé, como que dice mucho.

**51 Viviana.** 20 años, Estudiante. "I want to love you forever" - Jessica Simpson. Todos tenemos un tema especial que compartimos con nuestra pareja. Esa canción siempre me hace recordar tantas cosas que es difícil olvidarla.

**52 Martha.** 31 años, Ejecutiva. La música de Clannad puede llevarte a lugares desconocidos, el sexo abre las plataformas, lo importante es dejarte ir.

**53 Celeste.** 29 años, Artesana. "Little Wing - The Corrs. Cuerpos desnudos, luz, aire y sol, no hay más que decir.

**54 Ana.** 30 años, Fotógrafa. "Woman in chains" - Tears for Fears. Sí, hay muchos románticos, pero la mayoría son unos acaramelados de miedo. Que llegue, pero no que empalague.

**55 Claudia.** 31 años, Contadora. "Don't want to miss a thing" de Aero Simith. No hay más.

**56 Carmen**. 28 años, Cosmetóloga. Todas las que han mencionado, incluyendo los mariachis.

**57 Isabel.** 34 años, Compositora. "Send me and angel" - Scorpions. Ángel, príncipe, lo que sea, pero por favor, ¡que alguien me bese!

**58 Martha.** 36 años, Demostradora. "Wicked game" - Chris Isaac. Música para hacer el amor... ¡Qué horror! La música es sólo para cachondear, ya en cueros a quién le importa.

**59 Raquel.** 28 años, Diseñadora. "Winter" - George Winston. Siento que la música define una parte de nuestra personalidad. Aunque imagino diferentes ritmos para el amor, mi estilo es el piano.

**50 Carolina.** 26 años, Amante de la vida. "The power of love" - Franky goes to Hollywood. No sé cómo pasó, pero la primera vez que la escuché, se me cayeron los calzones... y la verdad es que me encantó. *(¿se te calleron o te los quitaron mi reina?)*

**60 Lucrecia.** 32 años, Politóloga. "So Alive" - Love and Rockets

**61 Rosana.** 24 años, Ama de casa. "Devil's Dance" - Metallica

**62 Karla.** 33 años, Enfermera. "La Ciudad de la Furia" de Soda Stereo. La versión acústica que dura como 8 minutos te transporta al paraíso y la compañía ni es necesaria.

**63 Miroslava.** 31 años, Actriz. "Insaciable" - Darre Hayes

**64 Fátima.** 28 años. Actriz. "Again" - Lenny Kravitz. Sudar, sudar y sudar; saborear las mieles del amor imaginando a este maravilloso ser tocando su música sólo para mí.

**65 Sarah**. 41 años, Masajista. "Bleeding me" - Metallica

**66 Sabrina.** 21 años, Estudiante de arte. "Stand by My Woman" - Lenny Kravitz. Dice mi novio que soy tremenda y esta canción me hace ponerme ¡PEOR!

**67 Laura.** 30 años, Contadora. "The Lady In red" - Chris DeBurgh. Quisiera llevar esa fantasía a la realidad y sueño hasta con un evento "swinger". ¡Como verás me hace soñar!

hextremofull.blogspot

**68** **María.** 19 años, Estudiante.
"Wicked Game" - Chris Isaak

**69** **Ximena.** 18 años, Estudiante.
"Careless Whisper" - Wham.
Es una canción viejita, pero me parece súper romántica.

**70** **Georgina.** 29 años, Tenista.
"Slave to love" - Bryan Ferry

**71** **Maricarmen.** 29 años, Maquillista.
"Father figure" - George Michael.
Es para mí como un himno porque la primera vez lo hice escuchando esta canción y SIGO CON EL MISMO HOMBRE, así que cuando queremos revivir aquel increíble momento, pues escuchamos nuestro tema.

**72** **Azucena.** 31 años, Modista.
"Amazed" de Lonestar, aunque no me sé la letra, la melodía me encanta.

**73** **Josefina.** 25 años, Capturista.
"The Power of love" - Celine Dion

**74** **Alina.** 29 años, Consultora Administrativa.
"Take my breath away" que no sé quién la canta, pero literalmente me quita el aliento.

**75** **Mónica.** 31 años, Guía de turistas.
"Joey" - Concrete Blonde

**76** **Queta.** 26 años, Educadora. (*¡de niños, eh!, no se apunten*). ¡NEK!

**77** **Evelia.** 23 años, Cosmetóloga.
"Close my eyes forever"
de Lita Ford & Ozzy Osbourne

**78** **Mini.** 25 años, Coordinadora de fotografía.
"Love me tender" - Elvis Presley.
Me convierte en otra persona, estas notas me incitan a vivir todas mis fantasías.

**79** **Martha.** 21 años, Estudiante.
"The Flame" - Cheap trick.
La ilusión de sentir a tu pareja acariciando hasta tus más profundos sueños, sólo la hago realidad escuchando esta canción.

**80** **Eréndira.** 21 años, Recepcionista. "So alive" de Love and Rockets. Mira, quisiera pensar que si el mundo se acaba yo voy a estar en la cama con el hombre de mis sueños y escuchando esta rola, ¿eso te dice algo respecto a cuánto me gusta?

**81** **Hilda.** 29 años, Comerciante.
"Fathfull Journey"
"The crying game" - Boy George
"True" - Spandau Ballet. ¡Y ya!

**82** **Lorena.**
"Lost in your eyes" - Debbie Gibson
"Hang on to your love" - Sade
"I'm not in love" - Will to Power
"Night of white satin" - Moody blues

**83** **Amanda.** 34 años, Locutora
"Erotica" - Madonna
"I'll make love to you" - Boyz II Men
"You're so beautiful" - Joe Cocker

**84** **Crisitina.** 31 años, Médico.
"Follow me" - Craig David.
Creo que padezco de personalidad múltiple porque cada que escucho esta canción podría convertirme en una "femme fatal" y tirarme a la cama con el primero que se me ponga enfrente.

**85** **Azucena.** 21 años, Estudiante.
"Can't help falling in love with you" – UB40
"Have I told you lately" - Rod Steward

**86** **Fernanda.** 33 años, Decoradora.
"Free love" de Depeche Mode

**87** **Alejandra.** Contadora, 34 años.
"The lady in red" - Chris DeBurgh
"Love bites" - Def Leppard. Y toda la colección del señor José José (*ésta sí que tiene revuelto el catálogo*).

**88** **Eugenia.** 29 años, Demostradora.
"I love Rock and Roll" - Joan Jett

**89** **Mireya.** 28 años, Publirrelacionista. Casi no me gusta escuchar música, prefiero que él me diga al oído todo, todo lo que se le antoja para esa noche y si hay música de fondo, pues se pierde el encanto de los susurros, pero si hay que escuchar algo, podría ser "Never tear us apart"- INXS.

**90** **Miranda.** 35 años, Arqueóloga.
Podría ser algo así como rock duro, fuerte, ¿sabes a qué me refiero, verdad?

**91** **Maura.** 34 años. Diseñadora de modas.
Sólo algo como New Age o sonidos de la naturaleza. Es un momento tan sublime que escuchar la letra de las canciones en la voz de alguien tan ajeno y lejano a mí me haría desconcentrarme y jamás alcanzaría un estado de excitación.

**92** **Lilia.** 29 años, Secretaria.
Peter Frampton con "Baby I love your way" y cualquier canción romántica en español.

**93** **Corina.** 27 años, Demostradora.
Quisiera tener con quién escuchar ¡¡¡Lo que fuera!!! (*así has de estar mamacita*).

**94** **Sandra.** 35 años, Veterinario.
"When a man loves a woman" - Percy Sledge

**95** **Leonora.** 33 años, LAE.
"Truly", "Madly", "Deeply" - Savage Garden

**96** **Georgina.** 37 años, Masajista.
"I'll be there for you" - Jon Bon Jovi

**97** **Amalia.** 29 años, Médico.
¿Quéé́é? ¿Escuchar música para entrar en ambiente? Ni sueñes, yo soy de armas tomar, "a lo que te truje Chencha", ya después lo que quieras.

**98** **Ileana.** 20 años, Estilista.
"Tiempo de Vals" de Chayanne me fascina. (*¡¡¡maestra!!! Tú sí tienes problemas y serios. ¿¿¿"Tiempo de vals" de Chayanne??? No cabe duda, no entiendo a las mujeres*).

**99** **Kiara.** 26 años, Educadora.
Sade, "Smooth operator" y no porque la canción tenga una letra cachonda, no es eso, es ella la que me encanta. Su color de piel, sus formas, su voz. No piensen mal, (PT) sólo es que puedo apreciar la belleza, aunque la verdad si fuera hombre, sí me le aventaba. (*esta educadora no es de niños, o sea que si se quieren apuntar para que les den una educadita, ¡ya saben!*)

**100** Jennifer. 33 años, Comunicóloga.
"El Rey" de José Alfredo, con todo y el mariachi Vargas de Tecalitlán. Ahí se los dejo, ¡a ver si le entienden mis chiquitos!

(*¡uuy esta chava si aguanta un piano!*) H

hextremofull.blogspot

# Deslizándome

Fotógrafo **Alfredo Kassem** Maquillaje **Alex Méndez** Peinado **Eduardo Pérezrivera** Coordinación de moda **Lorena Tinoco** Producción **Ivette Romero**

itextremofull.blogspot

hextremofull, bloosport
descubrí una

hextremofull.blogspot

nextremofull.blogspot

con piel de

hextremofull.blogspot

leopardo

nextremofull.blogspot

# ¡Taxi!

## ¿cuánto la vuelta al mundo?

Un turista puede visitar casi media Cuba viajando en un antiguo Cadillac de la década de los 50. En Casablanca, puede llegar a un oasis en medio del desierto, pero, ¿podrá hacer el viaje de regreso? Una voz anónima nos contará historias que National Geogrphic ha hecho imagen sobre las increíbles vivencias que en una "dejada" un taxista puede hacer realidad.

hextremofull.bloogspot

## EPISODIOS

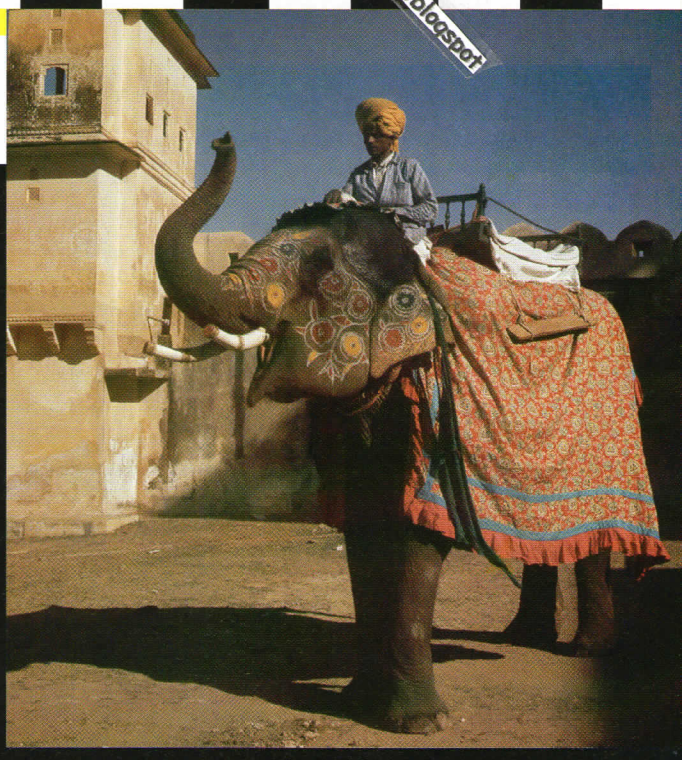
### Gibraltar y Tijuana

Situada en la frontera entre México y los Estados Unidos, Tijuana es uno de los lugares de cruce de frontera más transitados del mundo. Con tantos residentes transitorios y personas con intenciones de emigrar es difícil para las autoridades calcular la población de la ciudad. Los estimados varían de uno a tres millones. Oscar, el taxista, me lleva de paseo mientras celebro mi cumpleaños. El ingenioso chofer me muestra la extraña "cebra" de Tijuana, organiza que una banda callejera me cante el "Feliz cumpleaños" tradicional mexicano y me explica que ninguno estaría completo sin beber un Tequila Popper. Realmente fue una celebración inolvidable. La ciudad tiene desde hace tiempo la reputación de ser un lugar de transición y un desierto cultural, pero Oscar me presenta a un grupo de artistas que están tratando de elevar la imagen de Tijuana. Hacia el final del viaje, mi cámara vuelve a la imagen de la frontera: una cerca de acero que yo puedo atravesar, pero otros no.

Y luego... nos vamos a "La Roca", a la verdadera, no a la prisión de Alcatraz, sino al peñón de Gibraltar, antigua columna de Hércules y moderno centinela de los mares, en donde en un día despejado se pueden divisar tres países, dos continentes, un océano y un mar. Con una superficie apenas superior a los 6 kilómetros cuadrados es uno de los trozos de tierra de mayor valor estratégico del mundo. Y cuando rugen los cañones, uno lamenta haber dejado las ventanas abiertas. Desde la cima del peñón la vista es espectacular y uno puede disfrutar de la compañía de los monos de Berbería, el único mono autóctono de Europa. En la ciudad nos encontramos con la Cámara Baja y resolvemos los problemas del mundo, mientras nos relajamos al sol. Gibraltar es tan pequeño que un viaje en taxi de cien dólares nos haría recorrerlo 16 veces y aún nos quedaría cambio para la propina. De modo que luego de la subida al peñón Harry nos lleva a España cruzando la frontera, en donde nos llaman la atención la plaza de toros más antigua de la península Ibérica, una escuela de toreros y una forma de vivir diferente.

Foto: **Latin Stock**

nextremofull.blogspot



**Estambul y Panamá**

Estambul, en donde literalmente el Oriente se encuentra con el Occidente, es una ciudad ubicada entre el Mar Negro y el Mediterráneo, con un pie en Asia y otro en Europa. Es un lugar en donde se puede hacer un viaje en taxi intercontinental con Ihsan, quien es, indudablemente, "el mejor taxista" de Estambul, al menos eso dice en su sitio web (besttaxidriver-.com). Nuestro viaje con Ihsan nos lleva por un puente a través del estrecho del Bósforo y luego en "ferry" a través del Mar de Mármara. En nuestro camino para ver los azulejos de Iznik (estos turcos supongo que tendrán muchos baños) hay más de un baile callejero, pero lo que es realmente inesperado es el talento de Ihsan para saltar de autos en movimiento. Por suerte los dos sobrevivimos a la experiencia.

Luego... quiero hacer algo que sólo se puede hacer en Panamá. Después de mojarme los pies en el Océano Pacífico por la mañana, gasto cien dólares en un taxi y puedo hacer lo mismo en el Atlántico. Aquí los océanos están a 80 km. de distancia. Dos continentes más tarde, he cruzado el Puente de las Américas y ni siquiera son las diez de la mañana. El taxista, David, me lleva a un enorme observatorio científico en el corazón de la selva tropical urbana. Se dice que en Panamá hay 205 tonalidades de verde. Veo la mayoría de ellas desde la jaula colgante que me lleva a la parte más elevada y luego experimento una tonalidad propia. De vuelta en tierra firme visitamos una de las siete maravillas modernas del mundo: el Canal de Panamá. Comenzado por los franceses y terminado por los estadounidenses, demandó un enorme costo humano, pero es un testimonio de la resolución y el ingenio del hombre. Exploramos el hermoso puerto de Portobelo, acertadamente bautizado así por Cristóbal Colón, y luego terminamos el día como lo empezamos: descalzos, pero en las aguas del océano número dos.

**Programas**

Todos los domingos de julio y agosto a las 22:30 hrs. por National Geographic.

**BUENOS AIRES Y CALGARY**

Con 32,000 taxis, Buenos Aires ofrece taxistas de una enorme variedad de orígenes y preferencias, pero ninguno podría haber representado mejor a esta ciudad de cultura y belleza como Hernán. Por ser un cantante lírico, que además guarda un par de botines de futbol en el baúl del auto, Hernán está conectado con todos los aspectos de la vida de esta extendida ciudad de América del Sur. Desde la sepultura de Eva Perón, cubierta de flores, hasta la comida sencilla ofrecida en uno de los 200 bares para taxistas de la ciudad, Hernán nos muestra cómo encontrar el alma y el pulso de Buenos Aires. Y para encontrar su corazón... hay

**Visto a través de la lente de una ventanilla de taxi, este programa –presentado por National Geographic– trasciende al típico de viajes ofreciendo interesantes diálogos con los taxistas, conexiones humanas y una mirada al transporte de todo el mundo.**

**La Habana y Salt Lake**

Desde la década de 1950 Cuba ha estado aislada del resto del mundo. Eso significa que no hay carteles de Coca-Cola, ni comida rápida, en fin... que no hay diversiones banales. ¿Y qué hay entonces? Autos viejos, arquitectura en deterioro, gente resistente, perros y ruido. Anthony, nuestro taxista, tiene un Dodge Kingsway del año 1957 y así nos vamos de paseo por la ciudad de La Habana.

Nuestra primera parada es La Floridita, donde Hemmingway bebió un daiquirí en el lugar en que se inventó. Luego, uno de los barrios chinos más grandes fuera de China, en donde Anthony se explaya entusiasmado acerca de la diversidad cultural de La Habana. Después nos lleva con su mamá para que nos prepare algo especial: un café cubano casero, ¿o será combustible para cohetes? Es lo que se dice fuerte.

Fusión. Una palabra que representa muchas cosas en Cuba y que abarca la música y la cultura. Los amigos de Anthony nos dan un concierto. Luego beisbol, el pasatiempo nacional de Cuba. Cuenta la leyenda que el club "Senadores de Washington" tenía puesta la mirada en un joven lanzador llamado Fidel Castro. Aún hay senadores en Washington con la mirada puesta en Fidel. Finalmente, viajamos 140 kilómetros hacia el oeste hasta la Hacienda Cortina, un apacible jardín de esculturas y arquitectura, en donde los sonidos de La Habana se desvanecen y somos testigos de una Cuba pocas veces vista por los turistas.

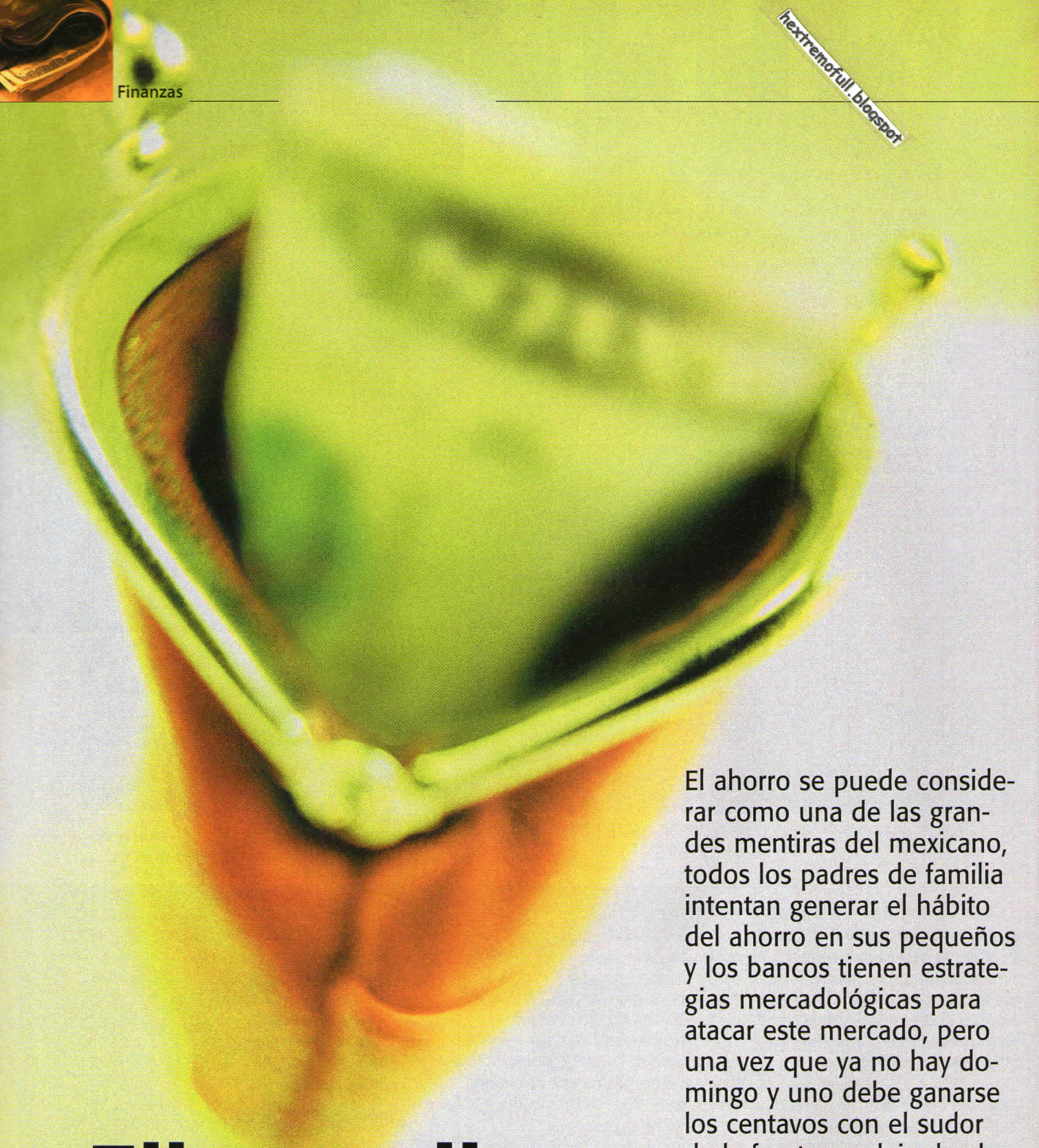
Luego... el taxista Tracey me cuenta la historia de Brigham Young, quien trajo a 147 mormones a la "Tierra Prometida" y dijo, "Éste es el lugar" y allí hizo construir el templo. El centro de la ciudad todavía está dominado por el Templo Salt Lake, un destino de peregrinaje para los mormones del mundo. Cerca de la plaza del templo, Tracey me muestra la tumba de Brigham Young y de algunas de sus muchas esposas.

Aunque las prácticas matrimoniales de los mormones han cambiado, aún quedan vestigios de poligamia, como por ejemplo casas con muchas habitaciones. Me entero de que Tracey fue educado como mormón, pero su experiencia con los Marines en Vietnam hizo que cambiara sus convicciones y luego me lleva a que un vidente me lea el futuro. También me entero de que Tracey es un experto hipnotizador. Entro en trance. A orillas del Gran Lago Salado, Tracey me deleita con la historia de cómo las gaviotas salvaron a los pioneros mormones y ahora se les protege como ave estadual. Finalmente, nuestro viaje termina en Kennecott, la mina de cobre abierta más grande del mundo y una de las únicas dos construcciones hechas por el hombre visibles desde el espacio. Según parece, cuando tengamos visitantes de otro planeta, ellos también sabrán que "éste es el lugar". H

que aprender a bailar el tango. Bajo los arañas de caireles de cristal de un opulento estudio de danzas, nuestro culto taxista nos explica que debemos aprender a "sentir" la danza. El viaje termina cuando Hernán nos invita a compartir un festín de comida nacional argentina.

Luego... Calgary, Alberta. Al pie de las Montañas Rocosas se encuentra el centro de la industria petrolífera de Canadá y también la zona ganadera. La estampida anual de Calgary es uno de los rodeos más grandes del mundo y el lugar indicado para un aprendiz de "cowboy". Al mejor estilo Clint Eastwood me presenté a Sandy. Su visita guiada comienza con el gigantesco desayuno del rodeo. Para servir a más de 50,000 personas se necesita un camión entero de polvo para hacer panqueques y barriles de jugo de naranja. Pero para tener una experiencia auténtica, necesito estar ataviado adecuadamente. Provisto de un par de botas y de un sombrero de "cowboy", nos vamos a la carrera de carretas de provisiones. En la época de las arreadas de ganado había cocinas portátiles y cocineros que corrían entre las diversas localidades. En la actualidad es una carrera abierta a todos. Después de un plato de criadillas (testículos de toro, para el lego), Sandy trata de enseñarme el dos por cuatro tejano. Es más difícil de lo que parece y también lo es mantenerme en la montura del caballo que me trae.

hextremofull.blogspot



El ahorro se puede considerar como una de las grandes mentiras del mexicano, todos los padres de familia intentan generar el hábito del ahorro en sus pequeños y los bancos tienen estrategias mercadológicas para atacar este mercado, pero una vez que ya no hay domingo y uno debe ganarse los centavos con el sudor de la frente, se deja de ahorrar instantáneamente.

# Ellos o ellas, ¿Quién ahorra

Foto: **Latin Stock**

# más y mejor?

Por Rodolfo A. García Solórzano
rgarcia_@notmusa.com.mx

El principal problema radica en que nunca nos alcanza lo que ganamos, no importa cuánto dinero obtengamos mensualmente, siempre los gastos estarán emparejando o superando al ingreso. Recordemos cuando empezamos a trabajar, sentíamos que lo que ganábamos era una fortuna (y lo era si partimos de la base de que antes de eso dependíamos del humor de nuestro jefe para ver cuánto daba para el reventón). Pero al segundo mes ya no alcanza, entre los gastos diarios, las tandas, las ventas a crédito en la oficina, los descuentos de Hacienda, el Infonavit y el fondo de ahorro de la empresa, nos quedamos prácticamente en blanco.

Las mujeres suelen ser más organizadas, pero más impulsivas. Reciben su dinero y lo guardan para cuando lo necesitan, éste es un principio de ahorro, el problema viene cuando van a pasear a un centro comercial y ven una blusa nueva (no importa que ya tengan 300 en su armario), que es justo la que les hace falta y en ese momento, brinca la necesidad y se le da al traste al ahorro. Se gastan "la lana".

El hombre ve el dinero como un medio, no como un fin, pues éste es indispensable para hacerse de cosas maravillosas y en cuanto lo recibe empieza a dilucidar cómo gastarlo y hacerse de más cosas. Generalmente el total del ingreso se gasta a la brevedad.

Hasta aquí vamos empatados, la mujer suele inventar diferentes esquemas para poder ahorrar, por ejemplo las famosas tandas, en las que se juntan 10 amigas y todas ponen cierta cantidad a la quincena y se rifan los números para ver en qué orden la recibirán. Pídele a Dios que a tu novia le toque uno de los primeros números, porque los últimos son difíciles de cobrar, sin embargo, al recibir la tanda, en lugar de meter el dinero al banco, ya lo debe o ya tiene previsto cómo gastarlo. Debo reconocer que algunas féminas (las menos) logran meterlo al banco, aunque sea por unos días.

El hombre puede ahorrar por contrato, esto quiere decir que puede contratar un seguro y si su agente lo agobia, logra ahorrar, o bien, comprar bienes a crédito como una manera de ahorrar, ya que al final del crédito uno es dueño de un bien que tiene un valor determinado.

Como verán, seguimos empatados. La mujer puede llegar a proponerse ahorrar y lograrlo, es como una dieta, se pone a dieta de compritas y créanme, no compra nada, pero qué pasa con las dietas, cuando acabas te vas a dar un atascón, lo mismo sucede al terminar el proceso de ahorro, les da una depresión de fin de semana y se gastan $40,000 en ropa para reanimarse.

El hombre puede tener también una gran fuerza de voluntad y lograr un ahorro interesante, pero una noche en el Men's Club, después de la primera botella y cuando a uno le baila la mujer más "buena" que ha visto en su vida, es suficiente para darle al traste a meses de ahorro.

Empatados aún, no quiero negar la posibilidad de que haya mujeres y hombres excepcionales que logran fijarse metas de ahorro y cumplirlas a cabalidad utilizando ese dinero para el fin que tenían previsto. Estos seres son los menos, pero existen y podrían ser un ejemplo para los que no logramos ahorrar.

A final de cuentas empatamos, el ahorro no es cuestión de sexo, posición social o educación, es algo que dentro de uno te dice "ahorra, no seas tonto", aunque generalmente desoímos esa voz interna y volvemos a gastar, finalmente para eso es "la lana" y ni modo que nos vayan a enterrar con la chequera en el saco. H

hextremofull.blogspot

# Todas morenas latinas... menos una:

# Marylin Monroe

Esta rubia se coló en nuestra edición de morenas ardientes para celebrar sus 75 años de vida y muerte. Nacida un 1° de junio y muerta un 5 de agosto, Marilyn es el mito sexual más grande de la historia. Sobre ella se han declarado las más impactantes verdades y guardado los más oscuros secretos, por ello nosotros nos limitaremos a dar un recorrido de 35 mm. por su historia.

Foto: Twenty Century Fox

## NUNCA FUI SANTA

→ Título Original
Bus Stop
→ Sinopsis
En Nunca Fui Santa, Marilyn prueba que fue mucho más que una cara bonita al ofrecernos una brillante y cálida actuación acerca de una inocente y joven cantante que lucha por abrirse camino hacia un mejor futuro en Hollywood.

*"Éste es el espectáculo de Marilyn... muestra su gran figura, belleza y talento. La chica es una terrible comediante."*
*The Los Angeles Examiner*
→ Director Joshua Logan
→ Reparto Marilyn Monroe y Don Murray
→ Año de Producción 1956

## LOS CABALLEROS LAS PREFIEREN RUBIAS

→ Título Original
Gentlemen Prefer Blondes
→ Sinopsis
En una de sus más populares películas, Marilyn interpreta a una glamorosa y explosiva rubia decidida a casarse con su millonario prometido para así poder comprobar que "los diamantes son los mejores amigos de las mujeres".
*"Era una mujer inusual y un poco fuera de su época, pero no lo sabía."*
*Ella Fitzgerald, cantante*
→ Director Howard Hawks
→ Reparto Marilyn Monroe, Jane Russell y Charles Coburn
→ Año de Producción 1953

## LA ADORABLE PECADORA

→ Título Original
Let's Make Love
→ Sinopsis
Una magnífica comedia de complicidad e intriga romántica, donde Marilyn es una estrella que le enseña a un magnate internacional que el dinero no puede comprar el amor. Figuran presentaciones especiales de escenas realizadas por las afamadas leyendas Milton Berle, Bing Crosby y Gene Kelly.
*"Tenía tal magnetismo que si quince hombres estuvieran en un mismo cuarto con ella, cada uno estaría convencido de que él sería el que ella esperaría cuando los demás se marcharan."*
*Roy Craft, Publicista*
→ Director George Cuco
→ Reparto Marilyn Monroe e Yves Montand
→ Año de Producción 1960

## VITAMINAS PARA EL AMOR

→ Título Original
Monkey Business
→ Sinopsis
En esta hilarante comedia, una voluptuosa secretaria y su atractivo jefe no pueden evitar comprometerse ante un enredo que involucra a un chimpancé que, accidentalmente, prepara y tira una fórmula antienvejecimiento en el refrigerador de la oficina.
*"No quería otra cosa. Ni hombres, ni dinero, ni amor, sólo la habilidad para actuar."*
*Marilyn*
→ Director Howard Hawks
→ Reparto Marilyn Monroe, Cary Grant, Ginger Rogers y Charles Coburn
→ Año de Producción 1952

## ALMAS DESESPERADAS

→ Título Original
Don't Bother to Knock
→ Sinopsis
En su primera gran actuación dramática, Marilyn realiza una interpretación escalofriante y provocativa de una hermosa, pero emocionalmente perturbada niñera, que hará lo que sea para evitar que el llanto de un bebé interrumpa sus relaciones sexuales.
*"De su experiencia personal extrajo algo que fue único y extraordinario."*
*John Huston, actor/director*
→ Director Roy Baker
→ Reparto Marilyn Monroe, Richard Widmark y Anne Bancrof
→ Año de Producción 1952

## SUS ÚLTIMOS DÍAS

→ Título Original
The Final Days
→ Sinopsis
Something's Got to Give, la última película de Marilyn, es una de las filmaciones inconclusas más comentadas en la historia cinematográfica. Ahora, mediante entrevistas inéditas, material nunca antes visto y una reconstrucción editada de Something's Got To Give, tendrás una fascinante retrospectiva de la vida y época de la estrella más amada y famosa del mundo.
*"Si Marilyn hubiera sido fácil de imitar, habríamos tenido más de ella en la actualidad, pero no es así."*
*Gloria Steinem*
→ Director Patty Ivins
→ Reparto Clark Gable, Marilyn Monroe y Montgomery Clift
→ Año de Producción 1962

hextremofull.blogspot

## LOS INADAPTADOS

➜ Título Original The Misfits
➜ Sinopsis
Marilyn realiza una conmovedora actuación como una mujer divorciada y desilusionada, cuya amistad con un grupo de vaqueros se ve afectada cuando su inocente idealismo choca contra la idea de atrapar a una manada de caballos salvajes. Esta pieza cinematográfica presenta las últimas actuaciones en la pantalla grande de Clark Gable y Marilyn Monroe.
*"Tiene una inocencia tan extraordinaria, que cualquier papel que interprete, aunque sea el de una vulgar descarada, siempre aparece como una chica inocente."*
*Dame Sybil Thorndike, actriz*
➜ Director John Huston
➜ Reparto Clark Gable, Marilyn Monroe y Montgomery Clift
➜ Año de Producción 1961

## TORRENTE PASIONAL

➜ Título Original Niagara
➜ Sinopsis
En este siniestro y oscuro retrato de la sexualidad humana, Marilyn interpreta a una sexy y calculadora esposa que seduce a su amante para que la ayude a asesinar a su esposo durante un romántico fin de semana en las Cataratas de Niágara.
*"Dos de los más grandes fenómenos de la naturaleza juntos: las Cataratas de Niágara y Marilyn Monroe."*
*The Los Angeles Examiner*
➜ Director Henry Hathaway
➜ Reparto Marilyn Monroe, Joseph Cotton y Jean Peters
➜ Año de Producción 1953

## LA COMEZÓN DEL SÉPTIMO AÑO

➜ Título Original
The Seven-Year Itch
➜ Sinopsis
Mientras la censura de Hollywood vigila esta atrevida producción, Marilyn protagoniza a una sexy e inocente estudiante de actriz, la cual vive un piso arriba de un hombre casado que acaba de enviar a su esposa e hijos de vacaciones por el verano.
*"Marilyn es perfecta... y lo mejor de todo, curvilínea."*
*The Hollywood Reporter*
➜ Director Billy Wilder
➜ Reparto Marilyn Monroe y Tom Eve
➜ Año de Producción 1955

## CÓMO ATRAPAR A UN MILLONARIO

➜ Título Original
How to Marry a Millionaire
➜ Sinopsis
En una de las mejores actuaciones de comedia en su carrera, Marilyn interpreta a una deliciosa y joven modelo quien, junto con dos amigas, rentan un penthouse en Manhattan deseosas de atrapar maridos multimillonarios.
*"Ella es la mujer más mujer que puedo imaginar. La mayoría de los hombres se convierten en más de lo que son cuando están cerca de ella... es una especie de imán que rescata del macho animal sus cualidades esenciales."*
*Arthur Miller, Dramaturgo*
➜ Director Jean Negulesco
➜ Reparto Marilyn Monroe, Betty Grable y Lauren Bacall
➜ Año de Producción 1953

## ALMAS PERDIDAS

➜ Título Original
River of no Return
➜ Sinopsis
En esta conmovedora historia de romance y venganza, escenificada en el inhóspito y salvaje viejo oeste, Marilyn está encantadora al interpretar a una hermosa cantante de salón forzada a escoger entre dos hombres después de un brutal acto de traición.
*"No se sabe si es la escenografía o el encanto de Marilyn Monroe lo que le da gran atractivo a Almas Perdidas."*
*The New York Times*
➜ Director Otto Preminger
➜ Reparto Marilyn Monroe, Robert Mitchum y Rory Calhoun
➜ Año de Producción 1954

## UNA EVA Y DOS ADANES

➜ Título Original
Some Like it Hot
➜ Sinopsis
Marilyn ganó un Globo de Oro por Mejor Actriz en Comedia o Musical por su actuación en esta película, la cual ha sido considerada la más chistosa de todos los tiempos. En ella Marilyn interpreta a Sugar Kane, una cantante decepcionada del amor, que se vuelve amiga de los dos nuevos integrantes de una banda de jazz de mujeres, quienes en realidad son hombres disfrazados que tratan de escapar después de atestiguar en un asesinato de la mafia.
➜ Director Billy Wilder
➜ Reparto Marilyn Monroe, Tony Curtis y Jack Lemmon
➜ Año de Producción 1959

# TRIVIA

**Fox y H para Hombres** te regalan una colección de 13 películas en DVD de Marilyn Monroe si respondes correctamente las siguientes preguntas.

Marilyn Monroe (1° junio 1926 - 5 agosto 1962)
Las preguntas son sólo para hiper mega fans:

1. ¿Cómo se llamó su padre?
2. ¿A qué se dedicaba su madre?
3. ¿Cómo se llamaba la "prepa" donde estudió?
4. ¿Cómo se llamaba su perro?
5. ¿Cómo le decían sus padres adoptivos de cariño?
6. ¿A qué edad y con quién fue su primer matrimonio?
7. ¿Cuál fue su primer trabajo?

8. ¿Cuál fue su primera película?
9. ¿En qué edición de Play Boy salió por primera vez Marilyn?
10. ¿Cuál fue su última aparición en público?
11. ¿Cómo se llamó la cinta que dejó inconclusa?
12. Da el nombre de sus dos esposos más famosos.
13. ¿Qué palabra decía Marilyn para fruncir la boca cuando la fotografiaban?

*Limitado a 4 paquetes*

# ZONA H

Por: Fabián Quezada / José Luis Amador

hextremofull.blogspot

## PELÍCULAS

**Estreno Agosto 2**

### Crossroads
Twenty Century Fox

Tres amigas: Lucy (Britney Spears), Kit (Zoë Saldana) y Mimi (Taryn Manning), se juntan para realizar un largo viaje atravesando Estados Unidos. Ben (Anson Mount), la pareja de Mimi, las transporta en su Buick'73 convertible. Claro que en el trayecto las amigas vivirán experiencias de todo tipo que pondrán a prueba su amistad y de las que aprenderán a no renunciar a sus sueños.

**Estreno Agosto 9**

### Pacto con Lobos
Warner Brothers

En plena corte del rey Luis XV, una serie de brutales asesinatos se cometen y son achacados a una bestia misteriosa. El rey decide enviar a su biólogo real a hacerse cargo de las investigaciones y en el camino él y su fiel acompañante, un indígena americano, van a encontrar de todo. Una "intoxicada" comedia fruto de los delirios entre el western, las películas de kung fu, el thriller policíaco europeo y... el género gore.

**Estreno Agosto 9**

### Un Gran Chico
United international Pictures

Will es un soltero empedernido, quien a sus 38 años descubre una interesante forma de conocer mujeres: actuar como padre "soltero" inventándose un hijo imaginario y asistiendo a juntas de padres separados. Allí conoce a Marco, un niño al que le enseña sus secretas tácticas, Marco le da la oportunidad de crecer y tener finalmente una relación madura con "la chica de sus sueños".

### Scooby Doo
Warner Brothers

¿Scooby, dónde estáááas? Los populares personajes de la serie de dibujos animados invaden la pantalla: Dafne, Fred, Velma, Shaggy y, por supuesto, Scooby -montados en la máquina de los misterios- deben resolver el terrorífico caso de una isla, en donde mora el mal poderoso y perverso, y donde varios compañeros del colegio han sido maléficamente transformado en zombies.

**Estreno Agosto 2**

### La mujer de mi vida
Arthaus Films

La historia gira alrededor de Zaza, un hombre de 32 años, quien estudia filosofía y, al mismo tiempo, Zaza tiene una relación muy satisfactoria con Judith, una sensual mujer que tiene una hija de seis años, pero los padres de Zaza son muy conservadores y "hacen su lucha" para que encuentre a la mujer ideal.

**Estreno Agosto 26**

### El Reinado del Fuego
United International Pictures

Quinn es testigo de cómo su madre, a causa de un accidente, despierta a un terrible dragón que había estado dormido por centurias. A partir de ahí los dragones dominan al mundo. Quinn, se une a un extremista revolucionario: Van, quien es el único que parece saber cómo terminar con esta plaga dragonífera.

**Estreno Agosto 2**

### Camino a la Perdición
Twenty Century Fox

Este filme cuenta la historia de un hombre: Michael O'Sullivan, a quien se conoció como el ángel de la muerte. Detrás de él hay un esposo devoto, pero cuando sus mundos se encuentran después de la muerte de su esposa y de su hijo, Michael y su otro hijo dejan su tranquilidad en casa y se ponen a buscar una oscura venganza.

**Estreno Agosto 23**

### El Crimen del padre Amaro
Columbia Pictures

Amaro es un sacerdote con un carácter débil que vive en una cerrada sociedad provinciana. Allí se encuentra con Aurelia, una sensual, pero reprimida señorita; ambos son designados para dar catecismo a una niña retrasada, pero esa convivencia va a provocar que los dos caigan en la tentación.

**Estreno Agosto 16**

hextremofull.blogspot

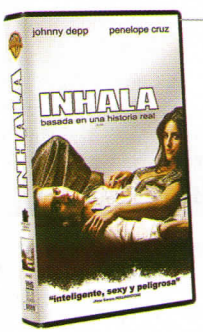
## VHS

### Asesinos Seriales
Columbia Tristar

En "Ocho milímetros" hay un detective que acude a una llamada, pues una mujer ha encontrado una película de 8 mm. que contiene imágenes de una chica que es torturada hasta morir. En "El coleccionista de Huesos" una inexperta agente descubre un crimen y cree que se trata de un loco suelto, pero un experto forense se da cuenta de que no es un asesino común, sino que hay un mensaje oculto. Un paquete doble para coleccionar.

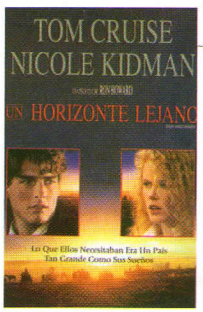
### Mirada de Ángel
Warner Home

Un día Sharon Pogue (Jennifer Lopez) ayuda a Catch Lambert (Jim Caviezel), quien ha sufrido un accidente automovilístico. Luego el favor se invierte cuando él la salva de un delincuente y entonces surge entre ellos una atracción inmediata que, tarde o temprano, los unirá, pero cuando eso suceda tendrán que descubrir quiénes son realmente y decidir si rescatan su amor o lo dejan en el olvido.




### Inhala
Warner Home

Basada en una problemática real que sufre la sociedad estadounidense, esta película muestra el difícil mundo de la droga, su tráfico y todo el dinero que gira alrededor de este negocio. A pesar de ser larga, mantiene siempre interesado al espectador. Dirigida por Ted Demme, actúan Johnny Depp, Penélope Cruz, Franka Potente, Rachel Griffiths, Paul Reubens, Jordi Mollà y Ray Liotta. Un entretenido filme que ya está a la venta.



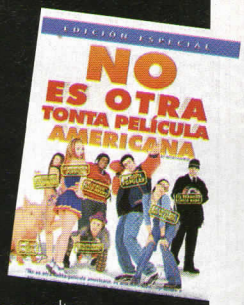

### Un Horizonte Lejano
CIC video

Esta cinta narra la vida de Joseph y de sus dos hermanos que trabajan cultivando la tierra. El dueño de ésta es el poderoso señor Christie, el cual provoca un accidente en el que muere el padre de Joseph, quien, por su parte, toma venganza y navega hacia Estados Unidos en compañía de Shannon, a quien le roban su dinero y a la que Joseph hace pasar por su hermana.

## DVD

### La Gran Estafa
Warner Home

Danny Ocean (George Clooney) acaba de dejar la prisión y ya está planeando asaltar tres casinos en Las Vegas que son propiedad del cruel Terry Benedict (Andy García); con la ayuda de Rusty Ryan (Brad Pitt) logra contratar a los 11 mejores delincuentes, sin embargo, el principal fin de Danny es reconquistar a su ex esposa Tess (Julia Roberts), quien está al lado de Terry.




### No es otra tonta película americana
Columbia Tristar

La historia se sitúa dentro de la clásica secundaria norteamericana en la que suceden situaciones y anécdotas, el chiste es que aquí podrás ver a la chica fea que en realidad es bonita, al chico popular de la escuela, a la porrista malvada, a la sexy estudiante extranjera, al negro simpático y a la niña perfecta, en fin, personajes que te van a hacer soltar alguna que otra carcajada.

### Paquete especial IV
Robin Williams
Columbia Tristar

Para este mes ya podrás adquirir el volumen número cuatro del paquete especial que Columbia Tristar puso a la venta; esta vez la colección consta de tres de las mejores películas de Robin Williams. Disfruta en casa de los extraordinarios efectos especiales de Jumanji, además de la aventura de "Hock, el regreso del Capitán Garfio" y, basada en un hecho real, "Patch Adams".

### El señor de los Anillos
Warner Home

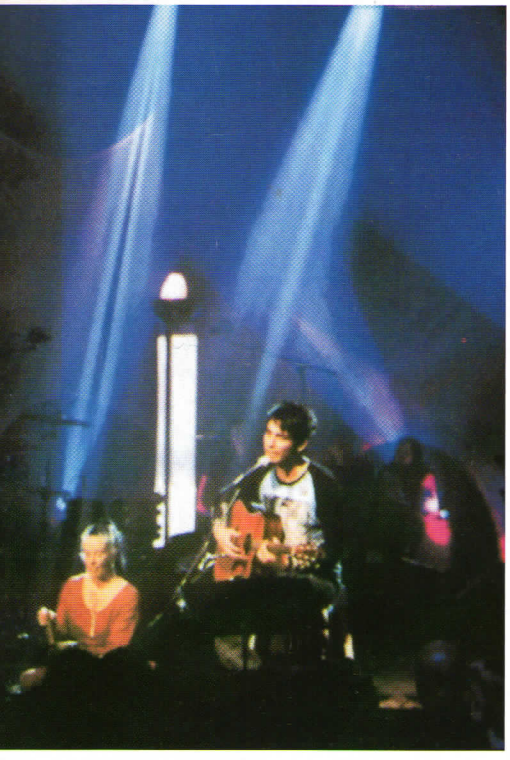
Hubo un tiempo en el que se forjaron varios anillos mágicos, pero lo que nadie sabía es que hubo uno que dominaba a todos los demás y que estaba en manos de Sauron, quien pretendía conquistar la tierra media, pero al perder la batalla, el anillo quedó en manos de Bilbo Bolson: un hobbit. Ahora el anillo corre peligro, por lo que el mago Gandalf le ha encomendado a Frodo, sobrino de Bilbo, huir de la comarca para evitar que el anillo caiga en manos de Sauron; el anillo debe ser destruido en las llamas del Monte del Destino, lugar en el que fue creado. Hasta hoy sabemos que a Frodo le quedan muchas aventuras y eso lo descubriremos más adelante, ya que aún faltan dos secuencias de esta extraordinaria película que son la adaptación de la trilogía de libros de J. R. Tolkien.

hextremofull.blogspot

## ESPECTÁCULOS

# LA LEY

OCESA presenta



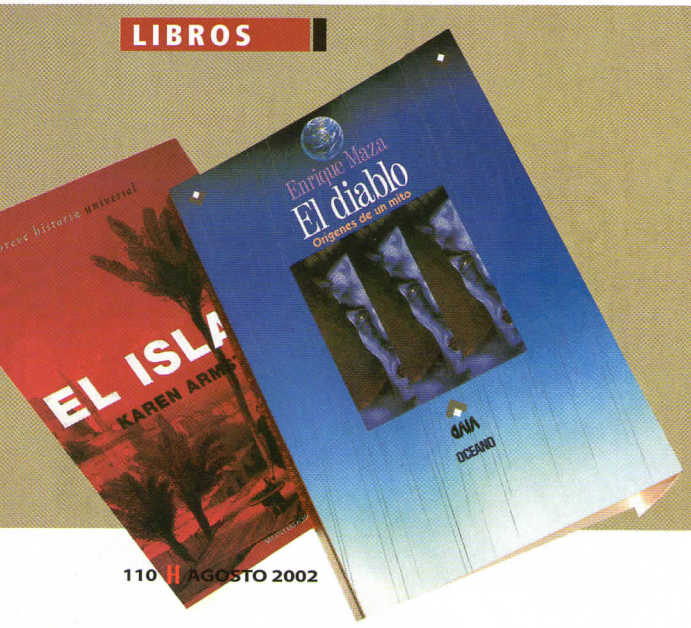
Hasta hace poco sabíamos que La Ley estaba conformada sólo por tres integrantes: Beto Cuevas, Pedro Frugone y Mauricio Clavería, pero ahora se presentarán ante multitudes como cuarteto, ya que al grupo se une el bajista Archie, quien es hermano del guitarrista Pedro. Toda la fuerza y ritmo del grupo chileno estará en México, lugar en el que van a interpretar su música que tan bien ha sido aceptada; el sitio de encuentro es el Auditorio Nacional, la fecha el próximo jueves 29 de agosto, el disco que va a sonar y que todos los mexicanos corearán es el MTV Unplugged. El asiento para que seas testigo de este gran concierto tendrás que apartarlo en las taquillas del Coloso de Reforma, en el sistema Ticket Master, al 53 25 90 00. La cita será a las 20:30 hrs. y los precios están entre los $150 y $580.

## DISCOVERY CHANNEL

**Discovery Channel**
Planeta Azul

Este programa es, en una palabra, "excelente" y es que para su producción se tardaron cinco años. Sabemos que la Tierra es una esfera azul cubierta de un 70% por agua, sin embargo, sólo el 1% de los océanos ha sido estudiado, pero para conocer más a fondo esta historia natural de los océanos será necesario no perderse ningún capítulo. En ellos podremos apreciar animales que nunca antes habían sido capturados por la cámara, veremos desde un calamar hasta peces con colmillos, así como pulpos y la ballena azul, aves, focas y osos polares filmados en escenarios en los que raramente se les había visto. Asimismo, se cuenta con escenas de varios lugares del mundo como: las Islas Galápagos, Sudáfrica, Brasil, Australia, Costa Rica, California, Alaska, la Antártida, Vancouver, las Bahamas, Florida y México. Para ver este programa será necesario sintonizar todos los domingos de agosto este canal de 19:00 a 20:00 hrs. del 11 de agosto hasta el 1° de septiembre; para el lunes 5 de septiembre se transmitirá un Detrás de Cámara de este gran programa a partir de las 20:00 hrs.

## LIBROS




**El Diablo**
**Enrique Maza**
Océano

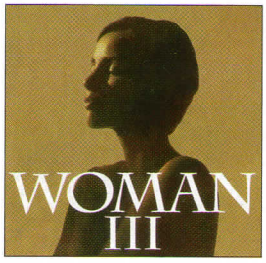
Ésta es una interesante narración acerca de la personificación de lo que todos definimos como símbolo del mal: "el diablo", pero ¿qué tan cierto es lo que sabemos de él?, ¿existirá realmente? Todas estas dudas tendrán una respuesta en este libro, en el que el autor habla del origen del mal, de la invención de los ángeles, del exorcismo, en fin, mejor descubre lo que Enrique Maza redactó en estas inquietantes páginas.

**El Islam**
**Karen Artmstrong**
Grijalbo Mondadori

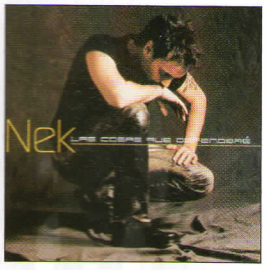
Este libro forma parte de una colección llamada "Breve Historia Universal" y a este volumen le tocó abordar la religión islámica; el texto abarca una cronología que va del año 610 a 1998. También se explican los acontecimientos centrales de esta religión e incluye, asimismo, mapas y... mejor ya no te cuento más para que lo disfrutes en tu tiempo libre.

hextremofull.blogspot

## Woman III
**Universal Music**




Un álbum doble que reúne grandes éxitos de las mejores intérpretes de este tiempo: 32 temas ya conocidos, entre los que destacan "Thank you" de Dido, "I'm real" de Jennifer Lopez, "Anakyse" de The Cranberries, "By you side" de Sade, "Don't Let me be the last to know" de Britney Spears, "Turn off the light" de Nelly Furtado, en fin, mejor escúchalo, ya que todo suena excelentemente bien.




## Natalie Imbruglia
**White Lilies Island**
**BMG**

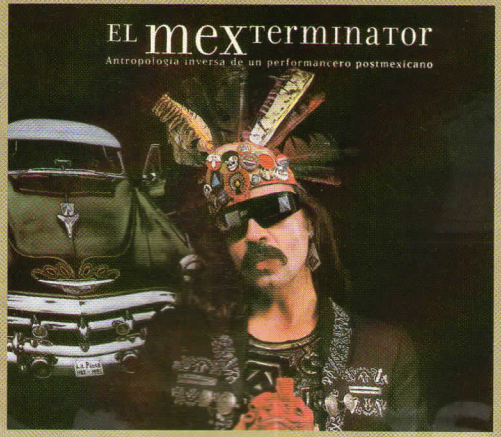
12 temas componen este segundo álbum de la cantante originaria de Sydney, Australia, disco del que ya todos conocemos el primer single "That Day". Este material contiene el particular estilo de Natalie Imbruglia, en el que predomina el pop y una buena presencia de rock. Ésta es la nueva cara de Natalie, a quien la música le ha permitido transmitir lo mejor de ella.

## Natalia Lafourcada
**Sony Music**

Si se trata de presentar buena música pop, Natalia Lafourcada aparece en la lista para presentar su primer material discográfico, en el que participa como coproductora. Ella sorprende al tocar varios instrumentos y escribir sus canciones; el primer sencillo que ya suena bastante en la radio lleva por título "Busca un problema". Natalia es una chica llena de talento que está por conquistar a todo el mundo y que no puede pasar inadvertida.

## Nek
**Las cosas que defenderé**
Warner Music

El italiano Nek está de regreso con este disco que suena bastante bien; por un lado vale la pena mencionar que se contó con la participación de Laura Pausini, quien canta con él parte de un tema ("Tan sólo tú"), además contiene un dueto con Dante Thomas (Cielo y Tierra) y, en segundo lugar, no sobra decir que las 11 canciones que integran el CD cuentan con una buena interpretación por parte de Nek.




**El mexterminador**
**Guillermo Gómez Peña**
Océano

Este libro -conformado de ensayos antropológicos, ficciones futuristas, textos periodísticos, poesías y guiones perfórmicos- resume al gran artista del performance. Las imágenes se harán presentes en este texto a través de 10 capítulos en los que hay orígenes, experiencias, coyunturas, perspectivas e invenciones de una manifestación cultural que se niega a permanecer encapsulada.

hextremofull.blogspot

## RECOMENDACIONES del editor

Los tenis son un elemento indispensable en cualquier guardarropa masculino y las franjas les otorgan el toque de vanguardia que necesitas para conquistar.

**1.** ZARA
**2.** Versace
**3.** Dolce & Gabbana para Adriano's
**4.** ZARA
**5.** Dolce & Gabbana para Adriano´s
**6.** ZARA
**7.** Dolce & Gabbana para Adriano´s
**8.** Armani Jeans
**9.** Versace
**10.** Emporio Armani
**11.** ZARA
**12.** Versace

Mayores informes
Versace: 52.82.24.54
Adriano's: 52.81.31.15

Coordinación de moda
**Eduardo Pérezrivera**

# comodidad al andar

Por **Lorena Tinoco**

hextremofull.bloogspot

# alhambra

## La única Sportvan.

Nueva SEAT alhambra, la única que incorpora la sensación de manejo deportivo con su V-6 de 204 hp, transmisión automática ***Tiptronic*** con palanca al piso, asientos de cubo y suspensión reforzada.

Y además el confort de su avanzado sistema ***Climatronic*** que mantiene la temperatura ideal todo el tiempo.

## 204 hp

SEAT
auto emoción

Pregunta por los planes de Financiamiento y Arrendamiento Puro de **Seat Financial Services.**
**Visita tu concesionaria SEAT más cercana y solicita un recorrido de prueba:**

**MÉXICO D.F.**
**Furia Motors**
Tel. (01 55) 56 88 00 44
**Olimex Iztacalco**
Tel. (01 55) 51 47 92 60
**Automotriz Mediterráneo**
Tel. (01 55) 53 54 34 44
**Autos Lomas**
Tel. (01 55) 54 42 06 60
**Economotors**
Tel. (01 55) 55 71 55 55
**San Angel Motors**
Tel. (01 55) 56 60 21 59
**Ebro Polanco**
Punto de exhibición y prueba de manejo Pabellón Polanco

**JALISCO**
**Olé Motors**
Tel. (01 33) 31 26 10 00
**Iberia Motors**
Tel. (01 33) 36 73 73 36
**ESTADO DE MÉXICO**
**Olimex Tlalnepantla**
Tel. (01 55) 51 47 93 00
**Distribuidora Lomas Anáhuac**
Tel. (01 55) 52 91 91 87
**Trakehnen**
Tel. (01 722) 2 19 89 64
**NUEVO LEÓN**
**Auto Rey**
Tel. (01 81) 80 40 64 50

**Furia Motors Monterrey**
Tel. (01 81) 80 40 83 75 al 77
**LEÓN**
**Spanicar**
Tel. (01 477) 7 79 44 44
**PUEBLA**
**Autoforum**
Tel. (01 222) 2 98 81 11
**Iberauto**
Tel. (01 222) 2 96 93 04
**CUERNAVACA**
**Automotriz Catalana**
Tel. (01 777) 3 10 23 23 al 28
**VILLAHERMOSA**
**Autolux**
Tel. (01 993) 3 15 21 00

**CANCÚN**
**Autolux Caribe**
Tel. (01 998) 8 92 24 99
**AGUASCALIENTES**
**Deporautos del Centro**
Tel. (01 44 9) 9 96 20 37
**CHIHUAHUA**
**Mans Automotriz**
Tel. (01 614) 4 23 29 70
**VERACRUZ**
**Hispana Automotriz**
Tel. (01 229) 9 27 27 04 al 06
**MORELIA**
**Eurofame**
Tel. (01 443) 3 40 60 60

**MÉRIDA**
**SEAT Mérida**
Tels. (01 999) 9 26 39 13

**QUERÉTARO**
**Ronda Automotriz**
Tel. (01 442) 2 10 20 38 al 40

**CULIACÁN**
**Vivauto**
Tel. (01 667) 7 15 33 33

**SAN LUIS POTOSÍ**
**Saeta Automotriz**
Tel. (01 444) 82 28 282